USOZ
9636

© Biblioteca Nacional de España
© Biblioteca Nacional de España

9825
USOZ
9636

AVISO DE SANIDAD

que trata de todo genero. de Alimentos, comprobados por los mas insign.s y grabes Doctores.

Hecho por el doctor Franc.co Nuñez de Coria

Impreso con licencia en Madrid por Pierres Cousin. Año de 1572.

© Biblioteca Nacional de España

© Biblioteca Nacional de España

© Biblioteca Nacional de España

© Biblioteca Nacional de España

Prologo.

SON tan necessarios los alimentos para el reparo de la vida de los mortales: que no solamente todo genero de animales y plantas se reparen y sustenten de ellos: empero, como dize Ciceron, el Sol, Luna y Estrellas tienen necesidad de se alimẽtar: pues dize, que se sustentan del vapor subtil de las aguas dulces y marinas: de tal suerte que mediãte el calor del sol atraygan los vapores de los campos y aguas, con los quales tomã reparo y se renueuan, y no consumiendo del todo estos vapores, tornan a embiar parte dellos: los quales condensados con el frio de la media region del ayre, tornã a la tierra: de manera que atrayan de la tierra y tornen a embiar a ella, hasta que cõsumido el vapor y humedad como no aya sustentamiento todo el mũdo perezca: lo qual trae con autoridad de Panecio. Empero para dar mas authoridad y credito a lo que se dize, bien sera traer algunas de sus palabras, con las quales concluyo a la postre, diziendo. *Quid enim-*

Cicero. lib. 2. de natura Deorum.

© Biblioteca Nacional de España
© Biblioteca Nacional de España

non eisdem nouis placet? omnem ignem pastu indigere? nec permanere ullo pacto posse nisi alatur; ali autem Solem & Lunam & reliqua astra aquis alia dulcibus alia marinis, eamque causam Cleantes affert cur se Sol referat, nec longius progrediatur solstitij orbe æstiuali, utemque hyemali ne longius discedat a cibo. Quiso dezir, Que ay en esto que dudar? no os parece que todo fuego ha menester pasto, sin el qual no es posible que permanezca, y que el Sol y la Luna y las demas Estrellas se mantienen y alientan vnas con aguas dulces, otras cõ aguas marinas. Y que porende dixo Cleantes que el Sol no passa fuera de los solsticios del estio y del inuierno por no apartarse lexos del alimento, Aunque segun Aristoteles como las estrellas y sol y luna sean substancia incorruptible e immortal, porende no han menester alimẽto. Pues boluiendo a lo que tratamos, digo, que aun no solamẽte son necessarios los alimentos para la vida de los animados: empero hazen mucho al caso para la rectitud de costumbres de los hõbres, porque del vso del buen regimiento, y buenos y loables manjares resulta buena cõplexion, y de la buena cõplexion, buẽ en-

tendimiẽto, del qual proceden las buenas costumbres. Esto dixo lo el Galeno en muchos lugares, especialmente enel segundo de Sanitate Tuenda, diziendo. Que anssi como el niño que de su complexiõ nasce templado, pero por criarse en ociosidad y regalo, y con manjares diuersos, y alas vezes contrarios, se corrompe su naturaleza, y se haze vicioso y desenfrenado. Anssi por el contrario el que nace de complexion y naturaleza viciosa, e inclinada a mal, con el buen regimiento y templado exercicio, buelue su naturaleza en mejor. La razon es, porque del buen manjar, se engendra buena sangre, de buena sangre, buena complexiõ y cõtextura, de donde procede el buen entendimiento y buẽ juyzio, y dende buenas costumbres. Por lo qual dixo Aristoteles. La bondad del tacto, arguye bondad de carne. La bondad de la carne, arguye bondad de complexion, la qual arguye bondad de entendimiento. Porel contrario del duro tacto, se arguye dura carne, de la dura carne, mala complexion, de la mala complexion, mal entendimiento, inclinado a malas costumbres, e injustas

© Biblioteca Nacional de España
© Biblioteca Nacional de España

obras. Y esta manifiesto, que la buena carne y tacto, procede dl bueno y loable mãtenimiento, y el duro tacto y carne, del mantenimiẽto malo y duro de digestiõ. Y porẽde el diuinal Galeno escriuio vn libro intitulado, que las costumbres del animo siguen la complexion y naturaleza del cuerpo, y assi lo prouo, y assi lo vemos que el de cõplexion templada, qual es el sanguino, es de buen entendimiento y juyzio, y es alegre, y no malicioso, y no mañoso, antes justo y loable. El colerico es osado, veloz, agudo, sutil ingenioso, facilmente se ayra y aplaca, el melancholico natural es prudente, astuto, no facil alterable, cauiloso, engañador, triste, seuero, que guarda la injuria mucho tiempo. El flematico, tardo desgraciado, frio affeminado, d̃ grueso ingenio y juyzio. Por lo qual communmente dezimos, al que facilmente se enoja, que es vn colerico, y al que anda seuero, y triste, que es vn melancholico y tretico. Al alegre y liberal, que es sanguino de buena complexion. Al pesado y prolixo, que es vn pedaço de flema, por lo qual como de los mantenimientos calientes se encien-

cienda la colera, y de la colera assi encendida se despierte la yra y coraje, siguese que del tal alimento se corrompan las costumbres. Item como del manjar frio y seco, grueso, se engendre melancholia, siguese que los hombres se bueluã tristes, temerosos de lo por venir, y porẽde son timidos, auaros. Item como del manjar frio y humido se cause flema, hazen se los hombres tardos, perezosos para qualquiera obra, de donde se sigue corrupciõ de las buenas costumbres, pues la yra es contraria a la paciencia y suffrimiento, la auaricia a la liberalidad: la pereza a la diligencia. Empero como del bueno y tẽplado mantenimiẽto se cause sangre buena, y humores moderados, hazen se los hombres justos, buenos, nobles: y por esso dize el refran comun, Con quien pasces, y no con quien nasces. Sentencia a mi ver cõcluyda de los muy altos sabios y philosophos, para dar a entender, que apascentandose y criandose de buenos y templados alimentos, proceden las buenas costumbres, y el dessear ser castos, y seruir a Dios, por el contrario, de criarse en mucho ocio y regalo, mucha abundan

© Biblioteca Nacional de España
© Biblioteca Nacional de España

cia de manjares, procede deſſeo de luxuria y coſas torpes, de donde ſe cometen atroces y facinoroſos deliſtos. Por lo q̃l como de los muchos y diuerſos manjeres dados por mal orden, no ſolo ſe ſiguia daño y perjuyzio al cuerpo. Empero tãbien al animo, prouocandole a malas y ſiniestras coſtumbres, quiſe ordenar eſte tratado del regimiento de las ſeys coſas q̃ dizen naturales, quales ſon la beuida, comida, el exercicio, el vaño, el ſueño, y vigilia, el vſo venereo, paſsiones de animo: como ſon yra, gozo, triſteza, temor, oſadia, De eſto poſtrero no quiſe tratar. Lo vno, porq̃ me parecio que la tal materia tirauа mas a moralidad que no a medicina. Lo otro por eſtar ocupado en coſas familiares, y baſta reſidir en Corte para no poder tener oportunidad para ſemejantes obras, mayormente el q̃ tiene por ſu induſtria de adquerir las coſas neceſſarias, y reſiſtir a las aſſechanças y cautelas đ aq̃llos, cuyo eſtudio no es ſino aſtucias y liſonjas: con las quales coſas atierran y derruecan y abajan las buenas letras y eſtudio, y atraẽ a ſi los animos, anſi de los illuſtres, como del plebe. Finalmẽte, el eſtudio

ſtudio de todos en comũ, es llegar bienes tẽporales, riquezas, mayorazgos, aplauſo de todos, accomodandoſe, y ſujetandoſe a ellos, ganandoles las volũtades. Y buſcãdo eſta gloria mũdana, por eſtos dixo el Pſalmiſta. *ſuperbi tinique agebant.* Los ſoberuios lo hazian iniuſtamẽte, de eſta vanagloria dixo el Galeno en el principio del ſeptimo de la Therapetica que a prouecha poco a los biuos, y ninguna coſa a los muertos, no a los biuos, porq̃ dixo que buſcãdo la oluidan de eſpecular, o contẽplar en ſciẽcia, o ſabiduria adõde eſta la verdadera felicidad, como tambiẽ lo dixo Ariſtoteles en el libro đ morte anſi. *Qui inuenit philoſophiã inuenit uitã inutroq; ſecu lo,* q̃ el q̃ halla philoſofia, halla vida en eſte y en el otro ſiglo. Y dixo en el libro de Fortuna bona. *Nihil melius ſcientia preter Deũ,* Dize que fuera de Dios y de ſus coſas, no ay coſa mejor que la ſciencia. No aprouecha tan poco a los muertos porque ſu ganancia y vanagloria murio con ellos. Anſi lo dixo el rey y Propheta Dauid. *Dormierunt ſomnum ſuum uiri diuitiarum & nihil inuenerunt in manibus ſuis.* Durmieron los varones de las riquezas ſu ſueño, deſpues ſe

© Biblioteca Nacional de España
© Biblioteca Nacional de España

hallaron sin nada en sus manos. No quise dexar de escriuir, aunque mas de tractores y mordaces huuiesse, porq̃ como dixo Aristoteles enel primero de los Topicos. *Quolibet contrariã opiniõnibus sapientis asserente solicitum esse stultum est.* Dize, que es necedad y locura congoxar se el hombre, porque qualquiera affirme lo que es contrario a las opiniones de los sabios. Especialmẽte, que ninguna cosa ay de la qual no se murmure, como parece por vn Apologo adonde se refiere. Que yendo vn padre y vn hijo a vna feria a vẽder vn jumento, por no cansar le, porq̃ llegasse a la feria de suerte que pareciesse bien para vender le, no quisieron subir en el, los que los topauan llamauan los de apocados, que se querian antes cansar y fatigar, que no subir en vna bestia que crio Dios para yr en ella. Oyendo esto, hizo el padre subir al hijo, y como se topassen con otros, empeçaron tambien a murmurar diziendo. Mira que necedad yrse el viejo a pie, y vn moço que pudiera caminar a talon todo el camino sin detrimento yrse cauallero. Oyendo el padre, apea el hijo, y sube el, y como se topasse

passe con otros, empeçaron tambien a murmurar diziendo, que era conciencia que vn hombre tan grande se fuesse caualleroq, y traxesse tras si acosado vn moçuelo. Oyendo esto subieron entrambos en el jumento, toparon se cõ otros, los quales empeçaron a maldezir les, diziendo que matauan aquella vestiezuela yendo dos caualleros en ella. Oyendo esto, tomã su jumẽto y lleuanle acuestas y echanle en el rio. Ansi, que viendo que de qualquier modo q̃ vn hombre escriua, o haga otro qualquier exercicio de virtud, nunca falta de q̃ asir para detratar, acordeme nospreciar todo lo q̃ los ydiotas, y inuidiosos pudiessen detratar, pues tenemos por exemplo a nuestro saluador, el qual por la justicia y verdad fue murmurado y desamparado, y al fin crucificado, cuya verdad queda y quedara in æternũ. El qual juntamente, con el padre, y el espiritu sancto reyna y reynara, para siempre jamas.

© Biblioteca Nacional de España
© Biblioteca Nacional de España

AVISO DE SANIDAD 6

Del primer mantenimiento de los mortales.

CAP. *Primero.*

SEGVN que leemos, antiguamente los hombres viuian como bestas fieras, en los bosques y siluas, adõde les era habitacion las frias cueuas, y adonde comian los fructos como la tierra inculta y por labrár se los daua: y esta auerigüado entre todos los auctores, que las enzinas y robles, mantenian con su fructo a todos los mortales, ansi hombres como bestas fieras. Y no ay tampoco dubda sino que tambien cogiã todo otro genero de fructas, ansi mançanas, como guindas, como vuas y higos. Despues de esta vida, passaron a otra segunda vida pastoril: porque empeçaron a tomar algunas de las animalias fieras, y encerrarlas, y hazer las mansas: especialmente las ouejas, ansi por su mansedumbre, como por el gran prouecho que trayen: porque son muy accomodadas para la vida humana, conuiene a saber, para su mantenimiento: porque dan abundantemente leche, quesо, manteca, y tambien para se vestir con sus pellejos y lana. Despues de esta segunda vida pastoril, passaron a la vida de Agricultura, conuiene a saber, a la labrar, y culto delos cãpos: en los quales tiempos, tenian por mas excelente varon a aquel que con mayor cuydado y diligẽcia los labraua y adornaua, y llamauan le, Varon bueno y labrador honrado. Y en aquel tiempo los Reyes, y las gentes, no tenian otra renta, sino los pastos y cosecha de pan, y de legumbres: y bastauan estas rentas muy sufficientemente para sus gastos, y estados y costumbres. Y es cosa increyble quan barata era entonces la comida y pasto. Y porende aquellos tiempos, con razon se dixeron, siglos dorados: porque todos cõ gran sinceridad comian el fructo de la tierra, labrada y cultiuada con sus manos. Despues de esta edad dorada, hemos venido al postrimero grado, conuiene a saber, al siglo ferreo, o de hierro: enel qual se quito el siglo dorado, viniendo al siglo de luxuria y vicios, los que se dan al vicio y luxuria, y a nouedad de costumbres, suelen dezir esta vida mas humana y mas blanda.

© Biblioteca Nacional de España
© Biblioteca Nacional de España

Del mantenimiento blando y urbano.

CAP. II.

NO sin causa y razon los antiguos atribuyeron honras y alabanças diuinales a los que desechadas las vellotas y fructas agrestes, inuentaron las miesses, de que se hiziesse pan, Y no se deue de atribuyr a vicio y superfluydad, q̃ esta diuinal inuencion de hazer pan y otras comidas (que tanto aprouechan a la vida humana) con la solicitud e ingenio e industria humana se ava augmentado y crecido en mucha perfection. Pues nuestra benigna madre la tierra, no por otra causa produze con tanta fertilidad y frãqueza tanta muchedumbre de fructos, si no por el hombre, pues claramẽte vemos que no pertenece alas bestias la gran abũdancia y fertilidad de Oliuas y de vides: pareceria cosa impia pensar que tanta abundancia y diuersidad de mançanas, y tan agradables gustos, y tan suaues olores, y tan hermosos colores vuiesse Dios criado por causa de los animales brutos. Pues es cierto, que Dios crio los brutos ani

animales por causa y seruicio del hombre para que cõ moderacion y templança comiesse de sus entrañas y carnes. Porque (como dize Ciceron) la naturaleza crio al puerco tan fecundo y prolifico, para q̃ fuesse sustentamiento del hombre. Quien sera tan bestial e insensato, que piẽse que Dios crio tantas y tan diuersas differencias de aues embalde? O tãta diuersidad y suauidad de pescados? Cierto la naturaleza enseño a los mortales a caçar bestias fieras, para que comiessen dellas, pues esta claro que no es dado alas bestias fieras saber sembrar, labrar, el tiempo de segar y coger las miesses, y de guardarlas, sino al hombre. Y deue se cõceder, que todos estos artificios son cõcedidos a aquellos solamente que saben vsar de ellos: pues cierto el pan, los fructos de las vides, y su grato liquor, dan gratos y blandos sabores. Y porende los antiguos llamaron a las gentes que carecian de estas cosas, no solo barbaros: pero bestiales y fieros.

Pues luego (segun el parecer y juyzio de medicina) juzgamos por verdad y policia aquel regimiẽto ser mas humano, mas liberal, mas ciudadano, que se toma de aquella

© Biblioteca Nacional de España
© Biblioteca Nacional de España

quella saludable inuencion, y vso de las mieses para el subsistentamiẽto dela vida, conuiene a saber, la que da cõmoderaciõ los mãtenimiẽtos q̃ diximos, y es cõmun y vsual a qualquier hõbre por pobre que sea porq̃ es cosa estraña de la naturaleza humana passar a las Indias, nauegar al estrecho q̃ dizẽ de Magallanes, para aplacar la rauia del appetito y gula. Porq̃ para que se pone la vida de vn hombre a tãtos peligros? para buscar alimentos muy preciados? los quales no son otra cosa si no mas presto acabamiẽto delavida, y pestilencia buscada por diuersas maneras contra salud? Porque quanto sea cõdenada la superfluydad, y gula, y costumbres. De su siglo de Luculo, claramente se paresce de lo q̃ muy graues authores escriuieron del. Pues las prodigiosas comidas de Ysopo, y Apico, y las monstruosas cenas de Vitellio, son juzgadas por indignas de hombre humano, por ende no se deue llamar la vida de estos humana, empero, ni aun digna de hombre sino de fiera. Cosa cierto es digna de admiracion, q̃ todo el deleyte corporal consista en co-

Eccl. cap. 6. mer. Por ende dixo el ecclesiastico, *Totus la-*

labor hominis nõ ore suo est: sed anima eius nõ implebitur. Todo su trabajo del hombre consiste en su paladar, empero su anima no se enllenara.

Del uario regimiento de las gentes.
CAP. III.

COmo dize Cesar en sus clarissimos Commentarios. Tãtas son las maneras de regimientos del comer entre las gẽtes quãtas son las maneras delas gentes y las regiones. Porque no solamẽte dixo, que vno era el regimiento de los Gallos, y otro el de los Bretones, o Ingleses, y otro el delos Alemanes, empero dixo, q̃ entre los Alemanes ay diuersidad en su regimiẽto de comidas, y tambiẽ entre los Gallos, o Franceses. Porq̃ las escripturas publican ser los cãpos de las Gallias muy fertiles d̃ todas las cosas, y por la mayor parte plantados de viñas. Porende no ay duda, sino que aquella gente fue muy dada a la agricultura. Antiguamente los que en Francia se llamauã Belgas, fueron tenidos por muy fuertes y fieros

© Biblioteca Nacional de España
© Biblioteca Nacional de España

fieros, pues es cierto que quasi nunca los mercaderes passauan adonde ellos habitauan, ni tampoco ellos permitian que se truxessen cosas para hazer los animos affeminados, especialmente no lo permitian los que se dizen Tornacenses. Delos quales dize Cesar, auer tenido costumbres fieras, porende no auia entrada de mercaderes para ellos porlo qual no permitiã que se truxese vino, ni cosas pertenescientes a regalos, porque pensauan que con estas cosas los animos se relaxauan, y la virtud se enfriaua, Y esta comprouado por graues authores, que los pueblos del Occidente tenian su embriaguez de fruges o mieses remojadas y con otras muchas maneras que tienen diuersos nõbres en las Españas, y las Gallias: aũque en realidad de verdad, todas estas cosas fuessen vna misma cosa. Marcellino affirmo, que todo genero de Franceses era muy appetitoso sobre manera de vino, y que era afficionado sobre manera de muchas beuidas cõficionadas a manera de vino, la qual costumbre de confficionar beuidas de granos de pan seguarda hasta haora entre los Flamencos, los qua-

quales admirablemente se apartaron de las antiguas costumbres, porque con grã curiosidad buscan los vinos estrangeros por tierra y por mar, pues entre ellos no se plantan viñas, especialmente se deleytan mucho con el vino llamado Aurelio. Fuera de esto comen en cõmun carnes de ganados de los quales ay entre ellos gran abundancia por la mucha fertilidad de los pastos. Item abundan de leche, y de cosas hechas de ella: empero sobre todo conficionã muchas maneras de tortadas de queso, y leche, y mãteca de vacas, la qual comida es tenida por mucho honor de las mesas, y delas comidas. Ciertamente se dan mas a beuer que otrã ninguna nacion, y tienen por cosa honrosa la embriaguez, no solo entre los varones sino tambien entre las mugeres. Especialmente se precian desto las gentes que moran cerca del rio Rin, y son subditos al rey don Philippo, porque los que se dizen picardos que habitan la picardia, y son sujetos al rey de Francia, aunque tambien son sobre manera vinosos, empero son mas cautos y moderados en su beuer. Todala de mas gente Francesa que biue

© Biblioteca Nacional de España
© Biblioteca Nacional de España

mas a dentro guardan cierta forma en su regimiento, porque la beuida del vino es muy vsada entre ellos, y casi todas sus cãpiñas estan llenas de vides, y vsan en sus comidas, de todo genero de ganado, conuiene a saber de carne de bueyes, vacas, carneros, y sobre todas carnes las delos puercos, assi frescas como saladas. Y tambien la Francia abunda de todo genero de aues gordas, en tanto grado que las ay de quotidiano en las mesas de los pobres, porq̃ la nobleza de Francia seda con gran diligencia a todo genero de caça, conuiene a saber, de ciervos, venados, gamos, cabras mõteses, jabalines, porque en su tierra abundan mucho estas fieras. Los ricos hazen mucha diuersidad de pan, de trigo, porque el baxo pueblo no como sino pan de centeno, y por ende se siembra de communidad el centeno, y en todas partes de Francia ay grande abundancia de fructa de arboles de diuersos generos, cõ uiene a saber peras cermeñas mançanas, çiruelas, guindas, cerezas, aluaricoques, alberchigas, duraznos, nuezes, castañas auellanas, almẽdras, nespilos, seruas. Empero ay entre ellos algunas differencias de fructas las quales segũ las differencias de las tier

tierras se differencian, porque en ciertas tierras de Francia que se dizen Petragoricas, ay gran abundancia de castañas nabos, vino, y miesses, son los nabos muy preciados en Saboya, y en las montañas de Leon, y tambien las castañas, y en las montañas de los Cemanos, y Auernos, hazen pan de castañas y solamente dias de fiestas comen pan de trigo, o centeno, y no la gente baxa, sino la rica. Y dizẽ que aquel pan de castañas satisfaze la hambre mas que otro pan, aunque sea de trigo. Los Gascones nobles, y baxos, ricos, y pobres varones, y mugeres tienen por principal vianda ajos, y cebollas, y puerros, y hazen dello suaues guisados, y gustosos boluiendo tan detestable olor, en buen gusto. Sidonio en la Epistola que escriuio a Cathullo de las bodas de Rauricio, y la hermosa Hiberia llamo a los Borgoñones barbaros, voraces, y demasiadamente altos: y dize, que se deleytan mucho cõ la comida de ajos y cebollas, y q̃ son por extremo curiosos de cozinas, y dela gañania, y no son menos aora, pues son dados a la gula, y voracidad mas que ningunos Frãceses. Porque entre ellos se tiene por

© Biblioteca Nacional de España
© Biblioteca Nacional de España

refran que vale mas hẽchir el vientre hermosamente q̃ no vestir, y adornar el cuerpo de delicadas y blandas vestiduras. Y dizẽ, que el Borgoñon tiene el estomago de seda. Los Auernos comen de ordinario queso, porque lo tienen en abundancia. Los Normandos comen de ordinario mançanas, y peras asadas y crudas, y hazen beuida de ellas, y comen de todo genero de carnes y pescados por tener cercana la mar, La prouincia de Narbona, segun que escriue Plinio, no es segunda aqualquiera otra prouincia en las labores de los campos, ni en la dignidad de varones y costumbres, ni en la abũdancia de riquezas, de tal manera, que los Romanos la tuuieron no por prouincia sino por verdadera Italia, y cierto que el dia de oy no da ventaja a ningunas tierras en fertilidad de pan, y de viñas, y de admirable diuersidad de mãçanas, y fructas de gran suauidad, empero en policia y criança y en el tracto de viuir explendidamente, es vista apartar se mucho de los de mas franceses. Vsan los de Narbana templadamente de carnes, pocas vezes ay ternera. La carne de los carneros, entre ellos, no es suaue ni loable, comẽ de ordinario cabra, espe

especialmẽte la gẽte serrana, y los de jũto a la marina, criã bueyes y vacas jũto a lagunas, y aguas: y estos bueyes son fieros y no se puedẽ tomar sino cõ mucho afan, y trabajo. Tienen de contino pescados en mucha abundancia, ansi frescos como salados, por tener cerca el mar Mediterraneo q̃ los cria en grãde abundãcia, sobre todo comẽ alcaparras, y azeytunas adobadas, y tienẽ por mas elegãtes mãjares vuas y higos ansi frescos, como guardados para todo el año, y tambien naranjas ponciles cidras, limas, limones. Finalmente su regimiento de comer se allega mucho al de nuestra España. Guisan sus manjares con azeyte, y casi no saben que es manteca de vacas, de la qual vsan en sus manjares en lugar de azeyte todos los de mas Franceses, tienen vinos muy generosos y fuertes. Criã se en su tierra perdizes de picos y pies colorados, y muy grãdes de cuerpo y representan en su sabor el pasto que comen, y porende son muy suaues. Empero en ciertas regiones de Francia llamadas Armoricas. Ay diuersidad en las costumbres de su viuir, porque a vnos llaman Bretones superiores, y a otros Breto

© Biblioteca Nacional de España
© Biblioteca Nacional de España

nes inferiores, y estos biuen mas barbara y fieramente, assi en sus comidas como en lo de mas y tienen su lenguaje differente de todos los de mas Franceses son de su naturaleza ladrones y huelgã se cõlos robos, empero los Bretones superiores q̃ llamã Ballobretones, tienen mucha parte de ciudadanos corteses como los de mas Franceses. Hazen en su tierra panes muy delicados, y de diuersa suauidad. Beuen vinos buenos, deleytanse mucho con el manjar de pescados, porque se hallaran entre ellos mucha abundancia de pescados de rios, y de mar, y gran copia de manças de mucha suauidad. Empero los Franceses del mar Mediterraneo todos son tenidos por muy templados y polidos en sus comidas y por muy humanos. Y porẽ de Posidonio sobre Atheneo escriuio, que los Franceses en sus cenas vsauã templadamente de pan, y muy liberalmente de cranes, assi cozidas como asadas, especialmente en brasas sin asador, porque se deleytan mucho con las carnes assi tostadas, las quales llamã carbonadas vsan las los cortesanos: y tienen por gran regalo tomar los anades syluestres despedaçados

dos dlos milanos y echarlos en las brassas y comerlos por inuierno. Y pienso que hazẽ esto, por cauſ. de los huespedes que sin pensar muchas vezes vienen, porque de esta manera muy presto hazen la cena, y las carnes se tornan mas tiernas. Empero dize Posidonio que estas carnes se ponen en los mesas delos Franceses con mucho asco e immundicia, porque a manera de fieros leones despedaçan aquellas carbonadas con ambas manos y las muerden con la boca, y si las tales carbonadas estan muy rebeldes de partir cõ las manos luego sacan vn cuchillo de su vayna que traen de manifiesto, y las cortan. Y tambien ponen pescados que ay en abundancia, y comen los cozidos con vinagre aguado, y sal, y cominos, y luego beuen este caldo, llaman este potaje Maurio la en nuestra edad no vsan de azeyte, assi porque ay poco en aquellas tierras, como porque lo tienen por insuaue, como no estan vsados a ello, beuẽ vino traydo de Italia o de Marsella muchas vezes puro, y algunas vezes cõ poca agua. Y segũ que escriue aquel autor, comen en mesas muy baxas redondas de madera. Ponen

© Biblioteca Nacional de España
© Biblioteca Nacional de España

en medio al que es mas hidalgo conoscido, o a aquel que ha ganado honra en armas, o a aquel que es mas rico y honrado, y despues de este se deue assentar el que despues del es mas honrado. Escriue Plutarcho que entre los barbaros son los mas nobles los Franceses. En Francia el mantenimiento de los cortesanos y delos grãdes se regula por el exemplo del rey, porque se vee que si al Rey dan gusto mantenimientos viles y communes, luego todos los principes vsan dellos, aunque los muy pobres no los quieran gustar, pues cierto como la corte se haga del ayuntamiento de diuersas gentes, assi por la misma razon vsurpa las costumbres y cerimonias, no solo en los manjares sino en otra qualquiera razon de viuir de ellas, porque es bestia de muchas gulas, y de muchas cabeças. Facilmente tengo creydo que los Franceses atraydos del gusto delas vuas y higos auer passado las sierras y alturas de las alpes, porque por sentencia y parecer de los historiadores la prouincia de Narbona produze los higos mas excellentes que se pueden hallar en Italia, y vuas de grandissimo gusto. De dõ

donde toda la Francia tray vino, como lo dize Possidonio. Tambien la Germania o Alemania (segun los historiadores) no vsa de vnos mismos alimentos, y en comun no es dada mucho a la agricoltura. Los Sueuos son cierta gente de Alemania (como escriue Cessar) la mas auentajada y bellicosa de todos los Alemanes, esta gente viuia de grande abundancia de pan y por la mayor parte de leche, y de ganados, y era muy acostũbrada a caça, no permitia vino traydo de fuera, porque pensaua que con el vino se relaxauan los animos para los trabajos, y que se tornauã afeminados, y pensauan que con el exercicio quotidiano y con su genero de manjares, y con la libertad se criauan las fuerças corporales, y que el cuerpo segun augmentaua mas, no queriã los Alemanes trocar el exercicio de guerra con la agricultura, y su viuir quotidiano era de caça, comian carnes, queso, cosas de leche. Lo mismo escriue Cornelio Tacito, aunque fue despues de Cesar, porque dize, que sus alimentos eran simples conuiene asaber, mãçanas siluestres, carnes de fieras, leche quajada sin preparacion alguna, y sin

© Biblioteca Nacional de España
© Biblioteca Nacional de España

regalo, solamente para satisfazer a la hambre. Empero en la beuida no guardauan la misma templança, porque continuauan a beuer dias y noches. La qual costumbre ha perseuerado con gran pertinacia, de tal suerte, que parece auer nascido para destruicion de los vinos, de lo qual están difamados en España y en Roma. Y porque no seles dana nada de las fructas, y bienes del Otoño, conuiene a saber, de las vuas, higos, vino, porque toman por beuida el liquor que se hazia de ceuada o de trigo corrupto y preparado a manera de vino. Pomponio Mela escreue, auer sido tan salvajes y asperos que comian carne cruda, recien muerta, y si estaua vn poco dura o añeja la renouauan en los cueros de los ganados o fieras sobando la con pies y con manos. Cornelio Tacito escriuiendo de ciertos pueblos de Alemania que se dezian Fennos, dezia. Los Fennos tienen admirable fealdad y torpeza, tienen fea pobreza, no armas no caualios no Dioses, su comida yerua, sus vestidos pellejos, su cama, tomillos. Y el mismo author dixo que los Alemanes cercanos a las riberas compraua vino. Y dezia Cesar, que estauan

uan acostumbrados a las costumbres de Francia, y que porende eran mas humanos. Esta gente era muy dada a agueros y combites, y segun su estado de cada vno recebia a su huesped con su apparato de comida: y dezia, q̃ la mayor parte de los moradores de las Islas del Rhin, eran fieros y barbaros. Posidonio dexo escripto, que los Alemanes comian carnes, y beuian leche y vinian de pescados y de huenos de qualesquier aues. Y es cosa cierta la Alemania no auer sido cognoscida de los Romanos. Y aunque es verdad q̃ el dia de oy los pueblos de Alemania en muchas partes viuen con mas blando y ciudadino mantenimiento, y con pan y muchas mãçanas de diuersos generos, y con çumo de vides en muchas prouincias. Empero cõ todo esso retienen no pocos rastros de aquella fiera y antigua costumbre: especialmente mientras mas se allegan al septentrion, y no tienen por oprobrio, ni deshõra embriagarse de vino, y quedarse dormidos, aunque sean los grandes, y principes del reyno. Los Ingleses (si damos credito a Cesar) crian gran numero de ganados, y no pensauan ser cosa justa comer

lle

© Biblioteca Nacional de España
© Biblioteca Nacional de España

liebres gallinas, ansarones: pero criauan las por recreacion y contentamiento suyo. Los que viuian mas adentro, no sembrauan genero alguno de pan, y solamente se mantenian de carne y leche. Y hallamos por experiencia, que sus tierras son mas templadas que las tierras delos Franceses: porque no se halla en ellas aquella aspereza, y frio, que en Francia, su suelo no solo es fertil de oliuas, y vides, como todas las tierras calidas, mas empero y tã bien de todo genero de miesses, sino q̃ madurã muy tarde, lo qual parece cosa de admiracio̅ en tierras de ayre tã tẽplado, pues en otras partes rigurosas de frio, q̃l es Francia se maduran y coxen muy tempra no. Pomponio Mela affirma, que Ingalaterra es abundosa de cosas para mantener ganados, pero no de cosas para mantener hombres. En nuestros tiempos los Ingleses vsan del trigo y grano traydo de otras partes especialmente de Francia. Y si por el estoruo de guerra no se lo traẽ sienten hambre. Y tambien buscan vino de otras partes, conuiene a saber de Francia, España, Portugal, Alemania, si los vinos fueren rezios, porque los vinos flacos

cos no sufren luẽgo porte. Buscan tambiẽ otras beuidas, conuiene a saber, vinos de mançanas, y peras que se traen de Normãdia y Vizcaya, y beuidas de trigo, que llaman cerueza, que se traẽ de Flandes, y aũ ellos conficionan estas beuidas del trigo y ceuada. Tambien he oydo dezir, que beuẽ leche los Ingleses de mas a dentro, porque ay entre ellos gran abundancia de ganados mayores, y menores, y porende vsan muchas carnes especialmente puestas en pan. De mas desto son muy viciosos de comer y beuer en combites, hasta que se embriagan. Iunto a los Ingleses viuẽ los de Scocia los quales si no fuessẽ enseñados dela policia delos Frãceses, y fuessen por ellos hechos domesticos, serian barbaros y fieros. Los principales y mayores de ellos son guarda del Rey, en el palacio real, y dizen que se tornan moços en la vejez. Es cierto vn genero de hombres muy derramado en su vanagloria, comen demasiadamente carnes de vaca, porque esta tierra cria gran copia de bueyes, mantienen se de pescados frescos, y salados, no tienẽ mucho pã, y porende comen de pã de porte, y hazẽ cierta beuida de leche

© Biblioteca Nacional de España
© Biblioteca Nacional de España

che, de la qual vsan. Finalmente es miserable el mantenimiento de los Escoceses. Cuezen sus manjares en brasas de piedras porque de echan de si cierto mal olor de las piedras encendidas, y vn insuaue gusto. Vsan mucho de salsas, y por ende, dize Bruyero, que vio estando en Francia Coquoborno Obispo de Rossa, vio que los Escoceses tomauan las gallinas, y perdizes, y las ponian en sal primero que las cozieſſen, o asaſſen, porque el mucho vso de vino y de luxuria es entre ellos muy agradable y commun perpetuamente como a los demas barbaros. Los historiadores q̃ escriuen las cosas de los Escoceses cuentã cosas admirables de ciertas Islas q̃ ay en Escocia, y cuentan admirables generos de pescados, y de animales. Y no ay que dudar sino que los hombres Escoceses sylueſtres no tienen cosa humana excepto que son Christianos. Italia segũ la differẽcia de sus tierras, y segun el acrescẽtamiẽto de su imperio, o su diminucion, juntamente mudo sus mantenimiẽtos, porque los Romanos que empeçaron a imperar y augmentaron el imperio no buscauan mas mantenimientos delos que eran neceſ

farios

farios para el sustento de su vida, y para dessechar la hambre, principalmente dañã mucho fuera la agricultura para que se mantuvieſſen, assi de pã, como de legumbres y fructas. Era crimẽ capital matar vn buey o vna vaca, por causa de gula. Y por historias antiguas se paresce que luego como fue edificada Roma vsauan los Romanos en sus comidas pescados especialmente marinos, y que con gran templança comian carnes mucho menos que los demas pueblos, porque aun aora vsan de carnes con mucha moderacion. Y cuenta se auerse mucho deleytado de comer yeruas y ortalizas, el qual deleyte ha passado hasta los tiempos presentes, porque estraſiamente apetesçẽ ortalizas, y yeruas assi crudas como cozidas. Lo qual hallamos auerſido muy agradable a los Egypcios, aunque su tierra fue muy fertil de pan. Ay memorables cosas en los Romanos acerca del beuer del vino, porque dizen no auer beuido vino hasta cien años despues de la edificacion de Roma, y que Romulo beuia leche y no vino. Y que Numa instituyo que no reciaſſen fuego con vino. Y no era licito a las mugeres beuer lo: despues

© Biblioteca Nacional de España
© Biblioteca Nacional de España

pues se les fue concedido, para conseruacion de sanidad. Y algunos affirman esto auerse permitido por causa de sanidad solamente. Y algunos affirman que se mando esto, por la falta que auia de liquores. Despues sucedieron muchos que se dierõ al culto de las viñas con gran cuydado y heruor: Y esta grangeria de viñas en tanto grado empeço acrescer entre los Romanos: que la estimassen mas que a otra qualquiera grangeria de todas las de mas gentes. La qual gloria no pudo mucho tiempo conseruar, por razon de la baxa y cayda de su imperio. Empero es cosa cierta, que en algunos lugares suyos vuo generosissimos vinos, conuiene a saber, en la Campania, y en la Apulia, que aora dizen la pulla, y estos vinos llamaua la gran Grecia vinos Griegos. Finalmente los Italianos son muy apetitosos de vino, empero tienen moderacion en su beuer, como tãbien los Españoles. Y no ay dubda, sino q̃ los Italianos han variado en sus beuidas segun la recta, o mala gouèrnaciõ e institucion, porque por las virtudes y templanças, y por la luxuria y apetito de los Empe

emperadores se variaron mucho las maneras de beuidas, porque de ellos salierõ tãtas leyes y estatutos: por los quales se prohibieron. Y estoruaron no solamẽte los vinos, y alimentos forasteros, empero y los familiares y domesticos, y se empeço a moderar la superfluidad de carnes de puercos, y de perniles, los poetas satiricos latinos estrañamente abominaron el desorden de comer. Plinio a cada paso cuenta cenas monstruosas de sus tiẽpos, y las condena mucho en tanto grado que con muchas reprehensiones contradize los prodigiosos artificios de gula, y admira se de ver que auia tanta superabũdancia de aues que con su estiercol estercolauan los campos. Empero largo seria contar de la temeraria gula de los combites Romanos, y de sus grandes excessos. Los Romanos antiguos ponian en vna mesa carnes, y pescados, y muchas yeruas, que comian esparragadas y muchos generos de massas para hazer diuersas tortadas, y roscas, y panes porque leemos, que comian pan de flor de harina, y pan mediano y pan de mucho acemite. Los de la Campania mas que todos se enuiciauan

© Biblioteca Nacional de España
© Biblioteca Nacional de España

en diuersidades y muchedumbres de manjares. Lo qual fue causa de la perdicio del exercito de Hanibal. Los de Tarento son muy affamados en los deleytes y regalos de las mesas. En nuestros tiempos los panaderos de Italia tienen primado en confficionar diuersas masas para panes, porq̃ cierto en Roma es muy preciado el pan q̃ se haze para el Summo Pontifice y para los grandes. No ay carne alli tan preciada como la dela ternera que ellos llaman vitella: especialmente si es de ternera de medio año que nunca pacieron. Ay gran abundancia de todo genero de aues excepto de perdizes: porq̃ ay de ellas alli muy poca abundancia, y menos de liebres y conejos. Y porende pocas vezes se hallarã en las mesas. Carne de cabras ay mucha en todas las carnecerias. El carnero de alli no es agradable, ni gustoso. Empieçan siẽpre en todo tiempo en ensaladas, y son tã amigos de ellas que muchas vezes empieçan y acaban las cenas en ellas. En el estio vsan muy liberalmente de ensaladas de pepinos, sus guindas y cerezas no allegã en bondad a las nuestras, y los Romanos de estos tiempos no son tan curiosos de pesca-

pescados, como los antiguos, ni dessean tanto la comida de pescados, y por marauilla comen pescados de mar, sino de rios excepto por necessidad de ayuno, y esta costumbre se guarda en toda Italia. Finalmente ay entre ellos gran templança de comer y beuer, especialmente de comida de carnes. Los Tramontanos no differencian de los Franceses en el mantenimiẽto y policia de comidas. Vẽgamos aora alo que dizen los forasteros del mantenimiento y beuer de nuestra España. Dize Bruyero Cãpegio, que en uuestra edad ay vicios y apocamientos en el comer de los Españoles, porque si han de comer de sus bolsas mueren de hambre, y dizen que estan piãdo de hambre, empero de que comen a costa agena no ay gente que se les yguale en comer: y porende dize que, en Francia tiene por refran, que los estogamos de los Españoles estan lacios y los de los Suyzaros gordos y rellenos. Los antiguos escriuieron las Españas ser muy fertiles, especialmente las andalucias, aunque no en todas sus tierras nasce pan, porque no nasce a dõde ay minas de metal. Y escriue Hircio que los Es-

© Biblioteca Nacional de España
© Biblioteca Nacional de España

pañoles que viuen al rio Ebro que es Aragon habitan vna tierra esteril, y ay vna, y conuiene todos los escriptores griegos y latinos, que Portugal es muy fertil de todo genero de alimentos. Empero el dia de oy no es tan fertil como otras partes de España, conuiene a saber como Castilla nueua y vieja y en muchas partes compran trigo de los Franceses, comen carne modestamente y pescados assi de mar como de Rios, hazen pan muy delicado, ay gran diuersidad y suauidad de mançanas especialmente de todo genero de cidras naranjas, limones, de granadas, higos, vuas. Embian a otras partes gran copia de higo passado. Tiene de antiguo mucha fama de hazer gustosas salsas. Sobre todo ay en España gran abundancia de vinos rezios y fuertes, de suerte que en su comparacion parezcan los vinos de Francia muy delgados y flacos y de poca punta como vulgarmente dizen. Hazense en España muchos regalos de azucar que llaman confitura, assi en boticas, como en tiendas, y comen las a la postre de la mesa. Hazen muchas tortadas con piñones, almendras, nuezes, auellanas, cõ flor de

© Biblioteca Nacional de España

de harina, y açucar, y miel, llamã lo turrõ y alaxu, comẽ tambien a la postre de la cena vellotas de notable grandeza, y muy dulçes. Y tambien hazen cerueza en algunas partes de España. Y vino de mançanas en Vizcaya que llaman sidra, y en lo mas interior vna beuida hecha de miel y agua y especias la qual beuẽ en estio, como despues veremos en summa. Nuestra España generalmente es muy fertil de todo genero de alimento y policia de comer y beuer templadamente, aunque ay diuersidad de mantenimientos, segun la diuersidad de regiones. Las mesas de Sicilia son muy generosas por la grande abundancia que ay en ella: las quales no aprobo Platon. Dizen los antiguos, que en esta tierra hallo Ceres las miesses, porque es vn suelo fertilissimo. Porende se dezia alholi de Roma. Tiene se por historias, que el campo de Palermo fue fertilissimo de todo genero de mançanas, y porende llamarõ aquel campo huerto de Roma, y no ha perdido el dia de oy esta Isla el nombre antiguo de fertil, porque se llena de ella para Italia gran copia de mantenimiẽtos. Los Griegos fueron muy dados a la glotone-

© Biblioteca Nacional de España

ria y gula, y por ende se tenia por prouerbio contra los glotones y voraces que hazian la griegueſca. Empero entre los Griegos auia diuerſos ingenios de comidas: porque de vna manera viuian los Lacedemonios, de otra manera los Athenienſes. Y dando Licurgo leyes a los de Lacedemonia mando q̃ no dieſſen a alguno mas mantenimiento de lo que conuenia para ſu ſalud y para la eſtatura de ſu cuerpo. Y inſtituyo para cada vno la medida de pã q̃ auia meneſter para ſu año, y el vino tãbiẽ ſegũ eſta razõ, y mas abundãtemẽte a los varones q̃ a las mugeres. Fuera de eſto inſtituyo publicos cõbites en los quales no puſieſſen mas q̃ los mãtenimiẽtos vulgares, teniẽdo por coſa de oprobrio e infamia y coſa inutil, aſsi para los cuerpos, como para las animas, engordarſe cõ los guiſados de los cozineros, y cõ la diuerſidad de guſtos y ſabores. Y dezia mas, que en los combites no era licito dexar de comer los manjares que ſe ponian, y que el q̃ ſe refrenaſſe de los comer deuia ſer condenado por deſtemplado: porq̃ ſe creia, que auia llegado harto al combite, y que menoſpreciaua a los combidados. Y porende dezia, que en el combite ſe deue comer y beuer cõ mucha gana, y deuia auer ygualdad en la comida y beuida de tal ſuerte, q̃ no ſolamente auia de auer eſta ygualdad en los manjares, y en los aſsiẽtos: mas empero en los vaſos, y aparato, y en las de mas coſas, de ſuerte que no ſe differenciaſſen los ricos de los pobres. Y en aquellos tiẽpos era muy preciado el manjar prieto, de tal ſuerte, que los mas ancianos dexauã todas las carnes a los moços, contentos con ſolo aquel manjar prieto. Y dizen, que vn Rey del Ponto por ſolamente eſte mãjar o caldo prieto, compro vn cozinero de Laconia. Empero deſpues que guſto aquel manjar prieto que guiſo el cozinero, dizen auerle juzgado por ingrato e inſuaue al guſto, lo qual como lo aduertieſſe al cozinero. Dizẽ auer dicho. Orey todos los Lacones vſan deſte guiſado por principal mãjar en la Eurota. Cicero y Plutarco eſcriuen, lo miſmo auer acõtecido a Dionyſio tyranno Siciliano, el qual como cenaſſe con los de Lacedemonia dixo, no auerle dado guſto aquel manjar o guiſado prieto: el qual auian pueſto por cabeça del combite. Entonces dixo

© Biblioteca Nacional de España
© Biblioteca Nacional de España

el cozinero. No es mucho de marauillar, porque faltaron las especias necessarias para el manjar. Entonces dixo Dionysio. Que falto? respondio el cozinero. El cansancio de la caça, el sudor, la corrida de Eurota, la hambre la sequia: porque cõ estas cosas se guisan los manjares delos de Lacedemonia. Vno de Lacedemonia, como allegando al meson diesse al mesonero cierto pesce para que se le aparejasse, y el mesonero le pidiesse queso, vinagre, y azeyte, respondio el huesped. Si yo tuuiera esso que me pedis no comprara el pesce cierto. Varon Sybaritano, dizen que puso por objecto a los de Lacedemonia, no auer ganado mucho honor en la guerra por auerse en ella opuesto fuertemente a la muerte pues padescian duros trabajos dura y aspera vida. Los Sybaritas como en lugar de gloria y virtud se dauan a los deleytes y vida blanda, preciauan la vida y temian la muerte. Los Espartanos juzgauan por bueno viuir, y morir con liberalidad: pero hazer lo vno y lo otro, con virtud como lo dize Plutarcho en la vida de Pelopida. Tenian los Lacedemonis las cenas muy tenues y pequeñas, por

porque abraçando por si mismos la pobreza de necessidad fuessen osados y astutos su combite publico, por esso era flaco para que se acostumbrassen a nunca estar repletos, y para que pudiessen sufrir hambre. Cierto pensauan que viuiendo sin manjar y comiẽdo qualquier comida del vulgo que sus cuerpos con la poca comida se harian mas sanos y mas hermosos. Cleomenes riño a vn amigo suyo, porque puso a su huesped vino tinto, y pan duro al fuego sin otro algun manjar, como se solia hazer en los combites publicos, porque no era licito dar tanta limitacion con los huespedes. Pausanias despues de la victoria que vuo de los Medos mando que le pusiessen la cena conforme Persianos, en la qual como vuiesse estraño gasto, dixo. Por los Dioses que era el persiano gran gloton, pues teniendo tanto que comer al fin vino a nuestra puche apolenta. El que de estas cosas quisiere mucho saber lea las Apothegmas de Plutarco, y los Dignosophistas de Atheneo. Empero la manera de regimiento en su comer acerca de los Athenienses es mucho de otra manera, porque los Griegos

© Biblioteca Nacional de España
© Biblioteca Nacional de España

affirman auer sido muy dados a la superabundancia de los manjaras: en tanto grado que los Poetas comicos entre las cosas mas principales burlauan de las cenas de los Athenienses, lo qual es cosa de admiracion, que vuisse tanta gula adonde auia tanta templança de muy grãdes philosophos: los quales con grande authoridad administrauan la republica. Pues Socrates abominaua de los manjares los quales no apetecian los que auian hambre, y de las beuidas que no satisfacian la sequia de los sedientos. Platon con gran efficacia vituperaua las cenas y comidas de los Sicilianos. Los Athenienses vsauan de mãjares y beuidas traydos de fuera, y su tierra a cada passo abũdaua de oliuas y viñas. Poneſe por exemplo, auer preguntado vn truhã, qual cena era mas sancta y mas preciada, la cena de los de Chalcedonia, o de los de Athenas. Y q̃ respondieron, q̃ el proemio de los de Chalcedonia era mas precioso, y mas suaue, q̃ todo el aparato de cena de los Athenienses. Llamauã proemio de las cenas la copia grãde y variedad de las ostias o pescados de cõchas, porque es cierto, que eran muy aficionados

dos los Athenienses a cosas de pescados, y desalsamentos, y dixerõ algunos, que tenian dos generos de cenas las vnas cenas eran en la Achademia, y las otras en el licio, empero escriuesse, q̃ vsauan de azeytunas, queso, cebollas, hortalizas, y tambien cosas de dulçura, y garuanços, y hauas, y vayas de arrayhan, y vellotas tostadas, y higos, con los quales beuian vn poco. Solon el qual dizen, auer puesto leyes a los de Athenas, vsaua de muchos y preciados, y delicados alimentos, mas que conuenia a Philosopho: y dizen, tener esta costumbre porque vsaua viuir de mercancia. Y dizen que se dieron mas a tener dehesas, y pastos de ganados, que no a la Agricultura. La regiõ de Athenas ni abundaua de rios, ni de lagunas, ni de fuentes. No conuenia lleuar fuera de la region cosa alguna, excepto azeyte para los peregrinos. Del regimiẽto de los Persianos dezia Xenophon, que no comian otra cosa con el pan sino masfuerço. Y dize Marcellino que los Persianos sobre todo vedauan la policia y limpieza de los combidados y especialmente el demasiado gusto del beuer, y que entre ellos no auia

© Biblioteca Nacional de España
© Biblioteca Nacional de España

auia determinada hora de comer, fuera de la casa real, sino que acada vno le era relox su estomago, y que quando le viniesse gana de comer, y beuer, entonce comiesse y beuiesse, porque despus de harto vn hombre no usa de comida. Empero eran muy diffusos para la luxuria, leese acerca de graues authores, que la superfluydad y gasto de toda la vida, y de las mesas explendidas ser cosa de admiracion, y porẽ de diximos, que Pausanias escarnecia de las cenas de los Persianos. Escriue Xenophon, que antes de la muerte del rey Ciro tenian los Persianos gran templança en comer y beuer, y en todas sus cosas, d̃ suerte, que ni escupian ni se sonauan las narizes, ni echauan ventosidades. Empero q̃ despues de su muerte se mudo todo: y dizen que los principes de los Persianos eran acostumbrados a poner en sus mesas carnes de bueyes, y camellos, y asnos, y caballos assadas en las brasas. Pero la gente vulgar e inferior ponian ganados flacos y delgados, y que comian muy poco pan. Algunos auentajaron las mesas de los Egypcios a las mesas de los Persianos, porque es cierto, que Egypto ha

ha sido vna regiõ fertilissima de pan, y de viñas, y mucho mas de mançanas: Y que los Egypcios usarõ sobre manera yeruas y hortalizas: vsauã mucho d̃ pescados de rios, y de mar, y de muchas maneras de salsas. Los de Tracia, dizen, que comian perros. Los de la Arcadia comiã carnes, y bellotas, y cierto manjar que llamauan Mahan y fue su vorazidad estraña. Los de la Hircania comen caça, porque ay entre ellos grande abundancia. Escriuio tambiẽ Marcelino, que los Scytas son muy comedores de leche, y poreso dize de ellos Galeno, que no tenian lepra: eran tambien muy dados a caça, y escriue de ellos Iustino q̃ su comida es leche, y miel, y ganados, y que entre las lagunas caçan puercos mõteses y cieruos: y en los campos, cabras, y asnos monteses. Segum Homero, son gente mãsa y domestica. Empero los pueblos de Tracia, qué viuen en los montes y lugares altos, son muy templados y viuen con mucha salud, tienen moderacion en sus comidas, y beuidas, y no se derraman en voracidad. Los Partos son muy luxuriosos, empero templados en su comer y beuer, viuen de caça. Empero escriue de ellos

© Biblioteca Nacional de España
© Biblioteca Nacional de España

ellos Plinio, que les huele muy mal el aliẽto por los manjares juntos y mezclados que comen, les era remedio para el hedor las mãçanas de Asiria. Los de Numidia, que es Asia la menor, no comen otra cosa, segun Salustio, sino leche y cabra, y cosa de caça: no buscã salsas, ni echan sal en sus manjares, sino que con aquellas cosas satisfazen la hãbre, y la sequia y no buscauan gustos, ni deleytes para el paladar. Los q̃ habitauan en Cyrenes, que es Affrica, no comen sino carne de fieras: durmien y comien en el suelo, su comida era aspera y dura y no limpia ni lauada. Los Getas no vsan vino, ni pan sino carnes de ouejas, y beuen leche, y por ende se llaman Galatopos. Los Mosinecos. (Segũ escriue Xenophon) no se mantienen sino de nuezes cozidas, comen pescados marinos, hieden muy mal sus cuerpos. Los de Armenia tienen gran fertilidad de todas cosas, alcançan cielo muy sereno y sano, no les falta nada, segũ lo han dicho los que de aca hã andado aquella region. Los de Persia tienen gran fertilidad de vino, y mançanas, y tienen vna campiña muy ancha y grande q̃ cria vnos bueyes blancos, de cuernos bre-

brenes y vna corcoua encima del lomo, a manera de camellos: y de estos bueyes comen. Crian tambien vnos carneros tan grandes como asnos, y tienen vna cola tã ancha, y tan gorda que pesa tanto como vn quarto de carne de ellos. Son estas colas muy suaues de comer. Crian muchos palomares, y datiles, y vnas mançanas que llaman de paray so hazen vino de los datiles. Empero para los que no estan vsados a el es dañoso, porque corrompe mucho, y causa camaras, los que estan vsados a beuerlo engordan con el, no vsan pan, ni carnes, lo que siembran por nouiẽbre cogen por março, y entonces madurã sus fructas. Tienen abundancia de aguas, con las quales tiemplan sus grandes calores. Lleuan por arcaduces aquellas aguas a sus huertas, a donde se van arefrescar, dexando sus pueblos desamparados. Ay cierta region cercana a ellos abundante de mançanas, y de pan: empero el pã que hazen es amargo por la amargura de las aguas con que se conficiona de las quales aguas hazen sal, la qual en gustandola causa camaras. Cogẽ muchos pepinos de gran suauidad, los quales hazen reuanadas

© Biblioteca Nacional de España
© Biblioteca Nacional de España

das y los ponen a secar, y los venden ansi secos a otros pueblos: porque son de mucho gusto, beuen vino cozido. Vsan de sal pedres q̃ caban en sus mõtes. Tienẽ muchos puercos espinos, y erizos comen carnes, y arroz en abũdãcia. Los Tartaros tinẽ las mismas costumbres en beuer y comer, que los Scitas, y los de Berueria, y los del Septentrion tienen el mismo vso, por que comen leche, y queso de yeguas, y confician cierto potaje de la leche de yeguas, que parece vino blãco, y no es insuaue, ni de mal gusto (segun que dizen los q̃ han passado por aquestas tierras.) Suelen se passar todas estas gentes muchos meses cõ sola leche, la qual quaxan y la guardan para en tiempo de guerra y la tienen seca, despues la deshazen en agua, lo qual tiene vez de comida y de beuida. Crian ganados mayores y menores, conuiene a saber, bueyes, caualios, y yeguas cabras, ouejas. En tiempo de inuierno lleuanlo a los lugares llanos y calientes, en el estio a los montes. Comen de caça de venados, y ciernos, porque ay gran abundancia de ellos, (dize la antiguedad que comen perros y caualios y serpientes, de las

las quales cosas ay gran abundancia. Los pueblos del Oriente que obedecen al grã Can, hazen sus beuidas de arroz, y de especias oloroſas, comen carnes crudas de esta manera. Toman las y majan las y despues mezclan con ellas muchas especias y aceytes oloroſos y comenlas sin fuego. Comen serpientes, porque las ay muchas y muy grandes en aquellas tierras, y las embian a otras partes por mucho regalo. Comen carnes humanas, no de hombres que mueren por enfermedad, sino de los que matã en las guerras. Mathias Michõ el qual escriue delas cosas de Sarmatia Asiana y de Europa, haze mencion de los Tartaros diziendo, que no comen pan, ni otra legumbre, sino de solo mijo. Comen carnes de caualios, y con la sangre de ellos y mijo hazen comida: la qual costũbre dize Vergilio en la Georgica vsar muchos Barbaros. *Et lac concretum cum sanguine potat equino.* Su principal beuida es agua, y leche, y cierta beuida que hazian de mijo: la qual emborrachaua mucho. Vsan de leche azeda, y tienẽ la por muy saludable, porque mueue el vientre, y se hallan muy bien con ello. Quando ellos ha-

© Biblioteca Nacional de España
© Biblioteca Nacional de España

zen combites solenes vsan beuer leche de stilada, la qual sube muy depresto a la cabeça, y embriaga con mucha presteza. Tienen gran abundancia de carnes de fieras, y caçan las de contino para sus comidas. Llaman diuinal y sagrado a su rio Tanays y le adoran como los Egypcios a Nilo, porque con su agua abundosa cria gran copia de mançanas y frutas, y miel, la qual se halla abũdantissimamẽte en las cañas gruessas que apar de aquel rio nascen. Dales tã bien este rio gran abundancia de pescados. Tienen tambien otro rio que llaman Volhan, abundantissimo de pescados, el qual se diuide en otros veynte y cinco rios y dizen que si alguna vez vienen los Tartaros a les hazer guerra con su exercito, q̃ ellos dende la ribera matauan con sus espadas los pescados para los comer, tanta es la abundancia que ay de ellos. Dize tãbien Mathias Micon, que los Turcos que habitan en la tierra de Scitia, son desdichados y miserables: porque ni labran, ni siembran, ni comen pan, ni beuen vino fino sola agua. Habitan los bosques y las seluas y las cueuas mantienense de carne de fieras, y de pescados: y dize que obedescieron al reyezillo de Moscouia, mas empe-

empero dizen que los que escriuieron ser templada vida de los que viuen debaxo del polo Artico que se engañaron, y mas en dezir que alli viuian luengavida, porq̃ debaxo del polo Artico ay fortissimos, y continuos frios: y falta a los miserables no solamente las cosas necessarias para la vida: mas empero y las cosas requisitas para poder viuir. Y dize que los Turcos tuuieron origen de los Tartaros, y porende no differencian de sus costumbres de comer. Vsan los Turcos carnes medio crudas, y solamẽte se priuan de comer de carne de puerco. Hyñen con sus manos la harina del trigo, y luego la echan en las brasas, y la comen. Los que escriuieron la guerra, y conquista de Rhodas, dixeron ser los Turcos vna gente suzia, y sin policia. En la Sarmacia de Europa Polonia es esnoblecida de fertilidad, porque en ella se coge gran abundancia de pan, y semilla, aunque la tierra se labre y are mal, y con negligencia, y porende en ella se coge mucho pan, y la beuida es de miel, porque en esta tierra se coge en gran abundancia. Y tambien en la Rusia, porque beuen la misma beuida. Y el vino q̃ beuen se trae de otras

© Biblioteca Nacional de España
© Biblioteca Nacional de España

partes, y es cosa estraña, q̃ todas las aguas de la Rusçia estan llenas de pesces, y porẽ de qualquiera en su casa y en su pueblo haze piscina, hallanse allí Burusetes de estraña grandeza y muy suaues para comer, hazen los pedaços y guardá los para comer. En Lituania, y en Moscouia, son todas las aguas de su naturaleza, madres de pescados, porque espontaneamente se engendran en qualquier aguas muchos pesces, y grandes, y de mucha suauidad. El vulgaje de Lituania no come sino pan de acemite que llamamos de mediano, mezlado cõ saluados. Empero los nobles y principales comen el pan blanco, y de meollo, y muy delicado. Traen el vino de otras tierras. El vulgo no beue sino agua. La nobleza beue vino, y algunas beuidas hechas de trigo: pero son muy insuaues al gusto. Hazen de la miel dos maneras de beuidas vna beuida es grueſſa y espessa, y otra beuida es delgada y rara. Carecẽ de mãçanas blandas y suaues. Criã sobre quantas tierras ay ganados mayores, vacas, caualos, puercos montesses, cabras, mucho genero de caça, bueyes fieros que llaman Turos, y Vmbrones. Ay tambien gran abundãcia de

de las ficedulas o tordos: los quales engordan para comerlas: empero es cierto, que vienen de fuera, y no se crian en aquella tierra. Es grãde su destemplança y embriaguez: porque en beuidas y gualan los dias con las noches, y ansi se orinan en las camas y no lo tienen por denuesto. Cornelio Tacito siempre escriuio que la luxuria y gula, siempre fueron muy gratas a los Barbaros. Escriue tambien Mathias q̃ Moscouia produze los ganados muy flacos y tenues y deffectuosos, y que abũda de pescados y de fieras, como la Lituania y que los de Moscouia beuen cierta beuida llamada Medon, quiere dezir hecha de miel, y otro liquor hecho de trigo. Los trigos no vienen en estas tierras a su tiempo, y porende se secan los manojos en el horno. De ordinario vsan mucho de especias, y suelen tomar miel y especias y destilarlo por alambique, porq̃ dizẽ, que esta pociõ calienta las tripas, y resiste a la vehemẽcia del frio. Finalmente atribuyen a esta pocion tanta efficacia, quãta atribuye Galeno a la atriaca de Andromacho. Hazen destillaciones de la aue na que dan a los jumẽtos, y hazen de ella

© Biblioteca Nacional de España
© Biblioteca Nacional de España

vna pocion que llaman agua ardiente, y es tan fuerte como la q̃ se haze de los vinos muy fuertes. Y por edicto publico del rey muy sereno y acerbo no pudie alguno beuer vino ni otro liquor que pudiesse embriagar, y para beuerlo auian de sacar licencia del rey para que lo pudiessen beuer tres o quatro vezes en el año. Algunas gentes obedecen a los de Moscouia, como eran los Scytas: los quales ni comen pan, ni beuen vino, sino que solamente viuen de carnes de fieras. Y porẽ de dixo de ellos Plinio, *Scytæ humanis corporibus uescuntur, ideo uastæ solitudines ac ferariũ multitudo &c.* Dize: los Scytas comẽ carnes humanas y por ende ay grãdes soledades y gran muchedumbre de fieras, y porẽde es grande la caça que alli ay. Finalmente como escriue Paulo Iouio, la Moscouia ni cria viñas ni oliuas, ni arbor que lleue fructa, excepto cerezos, y tambien pepinos, lo qual paresce cosa de admiracion en tierra que ay tanto frio del viento cierço, que todas las cosas tiernas de puro yelo se queman. Empero los campos abundan de trigo, centeno, mijo, panizo, y todo genero de legumbres, y es muy cierta la

la cosecha de miel y de cera, porque ay las auejas sacan gran copia de miel de las cañas de açucar. Comen en sus casas muy esplendidamente, y beuen liberalmente. Cierto con poco gasto tienen de comer muy amplamente, y todo quanto se puede desear, porque se vende vna gallina, y vn anadon cada cosa por vn real. Ay grã copia de ganados mayores, y menores, ay increible numero de carnes: las quales se conseruan en inuierno por mas de dos meses sin corromperse por el grandissimo frio y yelo que ay. Abunda esta tierra de muchas aues, y caça. Y ansi las mesas delos nobles estan muy proueydas de todo genero de caça, de aues y de animales: porq̃ es cosa admirable el cuydado que ay de caçar aues: y no solamente caçan aues menores, empero ansares fieros, cisnes, grullas, y otras aues mayores que milanos. Tomã cierto genero de aue: laqual es negra y tiene las sobrecejas coloradas, es mayor que vn ansar, La carne de la qual en bondad y suauidad sobrepuja al Faysan: dize se en lengua de Moscouia Tetrao, Piensan ser la aue q̃ llama Plinio Eritrato. Es aue muy conocida en las Alpes, y en las gentes que

© Biblioteca Nacional de España
© Biblioteca Nacional de España

llaman Grisones: los quales habitan junto a las fuentes de Abdua. Dizen los que de aca la han visto, ser la gallina de India. Tienen vn rio llamado Volca: el qual lleua gran copia de pescados, especialmente el Esturion, que nosotros llamamos sollo sobre el qual pescado ay mucha contienda si es el que antiguamente llamauan Syluro: conseruanse mucho tiempo en inuierno puestos entre yelos. Ay en esta tierra vnas lagunas llamadas blancas, crian pescados en gran abundancia, son de mucha sanidad. No tienen vino sino lo que traē de fuera, y esto ay solamēte en los grandes combites, y fiestas solennes, y en sus sacrificios. Tienese en mas el vino de Candia llamado malnasia, en los de mas no se beue sino por razon de alguna indisposicio como el vino hipocras. La gente vulgar haze vn vino llamado medon, el qual se haze de miel, y lupulos, todo cozido: guardasse en vasijas empegadas por dos años, y mas, y quanto es mas añejo tanto es mejor. Y segun escriue Paulo Iouio beuen cerueza, como tambien los Flamencos, Alemanes, Franceses, y algunos en España. Echan nieue sobre este vino para beuerlo por

por el estio, el qual vso empeço dēde nuestro Emperador Carlo V. quando fue a hablar al Sūmo Pontifice Paulo III. y al rey Frācisco de Frācia jūto a Nichea. Pues boluiēdo a nuestro proposito muchos en Moscouia sacā çumo de guindas y le beuē y la pocion que se haze de este çumo es muy roxa y de muy gustoso sabor. En nuestros tiempos toman este çumo de guindas y cuezen le con açucar hasta que se espesa, y este liquor se guarda para contra los caleres del estio, y contra fiebres pestilenciales, tienen lo entre nosotros las matronas por mucho regalo, assi como a la mina de mēbrillos. Ay cierta gēte llamada Lapones, sobre manera fiera y rustica, no tiene fruētas, ni mançanas, ni vino, ni fructo alguno del octoño. Sō muy grā des valleseros y flecheros viuen de matar fieras, y visten se de sus pellejos. Ay vna region cercana a Moscouia llamada Colmogara abunda de mucho pan, y siembran la tierra sin ararla, y sin hazer culto alguno, y es coso de admiracion, cō quanta presteza arroja gran copia de pā, y parece que la naturaleza se apresura a arrojar de presto el fructo antes que ven-

© Biblioteca Nacional de España
© Biblioteca Nacional de España

gala auenida de vn muy caudaloso rio, el qual (como Nilo) suele salir de madre y lleuarse los fructos de la tierra, y en sus campos que están subjectos a la ciudad de Mosconia ay increible abundancia de cabras montesas, y liebres, las quales no es licito caçar ni con hierro, ni con perros. Y solamente se puedē caçar estas fieras por particular licencia del Principe, la qual solamente alcançan los muy intimos a el o los señores del reyno, o los embaxadores. Los que de nuestra tierra passan adelāte del dado Oceano, conuiene asaber, los que son embiados a Alemania cuentā lo mismo que escriuierō los antiguos, y lo q̄ aora escriuen los mordernos, de las costūbres de las partes de Septentrion. Finalmente Homero llama a los Scytas Gethas Asianos Galatophagos: porq̄ todas estas naciones vsan comer leche aceda, y aun el dia de oy los Normandos vsan cierto mājar hecho de esta leche y llaman le serato. Y cuenta Erasistrato, segun Gellio, que los Scitas por no auer hambre quādo tienen los estomagos repletos se fajan blandamente, y como con las fajas aprietan el vientre no se vazia, y ansi no sienten hambre

bre. Y dize Quintino Heduo, que los vezinos de Malta por causa de su gran esterilidad viuen con gran dieta en sus manjares, y que echan cominos en los cortezones del pan, lo qual comen con mucho sabor, y que si no fuesse por Sicilia pereserian de hambre.

Del estraño regimiento en el comer de algunas gentes, segun lo dexaron por memoria los antiguos authores.

CAP. IIII.

MVCHOS tienē por cosa increyble las cosas que se cuentan de algunas naciones, ansi en sus costūbres, como en sus figuras y cerimonias. Y aun aora en estos tiempos como se cuente no se da credito: especialmente lo que ante de nuestra memoria han algunos escripto de las cosas memorables de Indias no hazen fee aūque se ayan visto muchas semillas, muchas maneras de trigo, diuersas aues, y animales traydo todo de alla, que nunca jamas

© Biblioteca Nacional de España
© Biblioteca Nacional de España

jamas se ha visto: porq̃ antes que los Etiopes fuessen vistos en nuestras tierras, parescian ser cosa fingida y fabulosa, y ansi piensan que las gẽtes llamadas Pigmeos (las quales no exceden en su estatura de vn codo) que son cosa ficticia y fabulosa: como Iuuenal, y Aristoteles en sus libros de animales lo ayan dicho por cosa muy verdadera y cierta. Empero como nuestras cosas parezcã estrañas a estas gẽtes ansi las cosas de estas gẽtes parecẽ a nosotros cosas estrañas. Pues ansi como en los antiquissimos tiẽpos, los hõbres de acauallo dixerõ ser cẽtauros, quiero dezir medio hõbres y medio cauallos, ansi de la misma manera los Indios tienẽ por cosa de milagro ver caualleros a caualo, y ver nauios y la arte del nauegar. Y dexando aparte cosas forasteras y estrañas, en nuestra Espaũa se han visto, y veen cosas que si antes que las viessemos nos las contaran, lo tuuieramos por cosa de fabula y fingimiẽto: pues se vio en nuestros tiempos traer vna manera de pescado, de tan gran magnitud, que dizen poder en su boca caber vn hombre. Y los Franceses vieron en las Alpes perdizes y liebres blancas, cosa que si no

sino la vieran, fuera increyble para ellos. Y mucho mas lo que vieron de vna vallena que se truxo de nuestro mar de España, con cuya lengua repartida en pedaços tuuierõ que comer muchos pueblos, como la trae por cosa cierta Buyero Cãpegio. Muchos de los Italianos piensan ser cosa fabulosa, que aya gentes que comen culebras, y tienen por fieros a los Alemanes, y gentes de las Alpes, porque comen osos. Por esto no me marauillo que tengã por cosa de fabula lo q̃ quiero escriuir de los estranos climẽtos de muchas gẽtes, y del regimiento del viuir de Indios, a los quales han passado gẽtes de nuestra tierra como se lee de autenticos authores. Empero como yo vea la mucha benignidad dla natural, y la infinita fuerça de su Magestad conficilidad, doy credito a estas, y otras mas cosas. Porque que cosa puede ser, q̃ no nazca para el prouecho y vtilidad del hombre? Porque quiso que nasciessen hõbres en tierras arenosas y secas? sino para darles alimentos necessarios en ellos. De antes teniã los antiguos por cosa bestial y fiera, comer ranas, galapagos, tortugas caracoles: y por cosas de bestias comer car-

© Biblioteca Nacional de España
© Biblioteca Nacional de España

cardos. Empero ya en nuestra España, y en Francia lo tienen por regalo. Bien se q̃ aura muchos, los quales porque nunca salierõ de sus tierras, y no hã visto cosas de cortes, han de tener esto q̃ escriuo por cosa vana, y no de credito: por lo q̃l querria que con benevolencia atendã a esto que quiero dezir: porque si del todo no estuvieren remotos de la policia de las mesas, aura no pocas cosas que les de gusto, discurriendo por todos los generos de manjares y alimẽtos. Empero quiero primero aduertir, que ni los antiguos, ni los de nuestros tiempos, no tuvieron vn mãjar solo, empero muchos y diuersos, y tantos generos de manjares, quantas son las lẽguas de los hombres: porque hallamos muchas gentes que no saben, que cosa sea pan, ni fructo de arboles, ni de ganados: aunque tengan suelo muy fertil de todas estas cosas, porque no sabẽ el vso del pã, y vino, y de arboles, y no se dan a la Agricultura, sino que solamente comen de lo que la naturaleza simplemente produze conuiene a saber, yeruas, rayzes, caça, y pesca. Leese que en algunas partes del Oriẽte viuen sin arboles sin fructales. Fuera de esto

esto escriue Plinio author muy estendido q̃ en la Alemania mayor y menor ay pueblos que llaman Caucos, los quales ni saben que es mançana, ni fructa, ni carne de fiera, ni tienen leche, ni ganados, sino q̃ como aya ay grãdes estios del Septentriõ van tras los peces que huyen con el mar y arrebatan los con las manos, y ponen los a secar al viento, y no al sol, y con la ardiente tierra assan las entrañas de los peces que afieron y comen los y no beuen sino agua llouediza, que recogẽ en vnos oyos que hazen en sus casas. Muchas gentes de los Scytas, leemos que comen carnes humanas, y aora en la nueua India hazen lo mismo aquellas gentes que llaman Canibalos, lo qual pareciera cosa increyble sino leyeramos que en mitad del mũdo como es Sicilia, vuo gentes que comiã carnes humanas: quales fueron los Ciclopas y Lystrigonas. Como leemos en Virgilio, que Poliphemo comia carnes humanas. Que mas? sino que imperando Trajano los Iudios siendo su capitan Andrea en la matança que hizieron en Hierusalẽ en los Romanos y Griegos comieron de las carnes de los muertos y de sus cueros

barro

© Biblioteca Nacional de España
© Biblioteca Nacional de España

barrotearon ſus armas como lo eſcriue el Textor en ſu Officina por authoridad de Dion Caſsio. Fuera de eſto aora en eſte nro tiepo tienẽ algunos por gran remedio contra algunas enfermedades tragar carne humana y hueſſos humanos, pues vemos q̃ los Chriſtianos vſan tomar por la boca la carne momia, que es carne de muertos contra algunas enfermedades: como parezca que nos eſtremezcamos y ayamos grã aſco de ver tripas, y entrañas humanas, quanto mas comerlas. Y algunos mandaron beuer ſangre humana contra gota coral: eſpecialmente ſangre de eſgremidores, lo qual ſi vemos beuer a las fieras alimanias tenemos por coſa de grã aſco y fiereza. Y aun dizẽ mas, que es grã ſocorro para los que padeſcen gota coral beuer la ſangre caliente del que ſe ſangra de la miſma vena. Yo empero eſte remedio tengole por atroz, y fiero, y digo que los que tal dexarõ eſcripto vienen de gẽte que comien carne humana. Galeno eſcriuio auer oydo a gentes que auian guſtado carnes humanas, y que differian en el guſto muy poco de carne de vaca. Los Pigmeos los quales dize Ariſtoteles, no

ſer

ſer fabula, pelean contra las grullas ſobre las mieſſes, y trigo, y dize, que la naturaleza les moſtro comer coſas mas vrbanas. Los de Etiopia que viuen dende el rio Meroe, haſta el rio hydaſpe comen eſcorpiones y aſpides. Quintinio Heduo eſcriue, que en la Iſla de Malta comiẽ algunos eſcorpiones, ſin que por ello les vinieſſe algũ daño: porq̃ eſcriue, q̃ las viuoras y eſcorpiones de Malta carecen de ponçoña. Hazia el oriente ay naciones que comen cigarras, y dize Ariſtoteles, q̃ ſon de gran ſuauidad antes que rompan la corteza. Y que los Partos gente riquiſsima las comen. Y pocrates dize, que los Nomadas, q̃ ſon los de Affrica, beuen ſangre de caualios, y que ay gente ſobre Boriſtenes que no comen manjar alguno ſino al tercero dia. En los poſtreros Indios dizen auer gentes que no tienen boca, y que de ſolo el olor que les ſube a las narizes, viuen ſin otra comida, ni beuida. Y que quando van camino lleuan flores y yeruas y mançanas muy oloroſas para ſe ſuſtentar, y no viſten otra coſa ſino hojas de arboles, y llaman a eſtas naciones Aſtomos. Y no es de marauillar,

E pues

© Biblioteca Nacional de España
© Biblioteca Nacional de España

pues se escriue, que Democrito se sustento con solo el olor de miel. Los que habitan el monte Athon comen carnes de biuoras, y no les hazen daño en su cuerpo. Los Pandoras y Parthos, aunque son abundantes de riquezas, comẽ langostas. Los Oritas no comen sino pescados, de los quales hazen pan, como leemos que aora lo hazen en algunas partes de la India, tomando los pescados y despedaçando los cõ las vñas y tostandolos al sol. Las naciones llamadas Medunnos se sustentã de la leche de ciertas animalias que se dizen Cynocephalos que significa cabeça de perro, y son del genero de Ximios, y tienen muchos ganados de estos animales, matan a los machos, y solamente guardan algunos para la conseruacion del linage. Ay otra nacion que se llama Arimpheos, no comen sino vayas de arrayan, y laurel, y pescados: y a esta nacion vedo Alexandro Magno el vso de los pescados trabaxando de traerlos a mas humana vida. Ay cierta nacion llamada Celenophagos, quiere dezir, que come tortugas, de cuyas conchas hazen los techos de sus casas: el qual linage de hombres ay en las Indias

dias o nueuo mundo: porque tienen tan grandes tortugas que pueden con sus cõchas hazer techos, y vsar dellas como de rodelas. Aunque el comer tortugas ya entre nosotros es tenido por regalo. Los Candeos comen serpientes y porẽde son llamados en los Griegos Ophiophagos. Los de Tracia comen perros segun lo cuẽta Pico Francisco. Los de Lybia no comiã oueja, y si alguno entre ellos la comia era tenido por nefario y suzio. Los Indios y los Egypcios no comen carne de puerco. Los Panchcos no comian animal alguno terrestre, ni de agua. Los Troglodytas no tienen riquezas ni casas, sino cuevas, comian serpientes y guardauã la agua llouia para su beuida. Los de los mõtes Ripheos no comian sino vayas, y algunos de ellos se llamauan Phrophagi. Los Tisagetas, y sus vezinos occupauan muchas y grandes syluas, mantenian se de caça. En las Islas de Bretaña que se dizen Hemodes, mantenian se de huevos de aues de lagunas, y de solamente auena. Los pueblos de la India, aunque son muy fertiles, y tan copiosos de todas las cosas, que de ninguna cosa caresçan, con todo esso vsan comi

© Biblioteca Nacional de España
© Biblioteca Nacional de España

das aſperas y duras, y no matan animal alguno, no les aplaze comer carne, algunos ſe mantienen de peſcados, y es de marauiliar que con todo eſto no tienen por coſa injuſta comer las carnes y entrañas de ſus padres defunctos. Los Carmanos ni vſan de pan, ni ſe viſten, ni tienẽ ganado, ni caſas, ni moradas, comen peſcados, y viſtenſe de ſus cueros. En las Iſlas Fortunatas ay tanta abundancia de todas las coſas q̃ es coſa de admiracion: porque naſcen fructos ſobre fructos y viuen con gran auenturança, ſin tener cuydado de ſembrar ni arar: lo qual tambiẽ ay agora en ciertas partes de Indias. En la Etiopia ay naciones de muy diuerſas figuras y de diuerſos tractos, y anſi ſon muy diuerſos ſus alimẽtos. Ay entre ellos gentes que no tienen narizes, ni boca, ſino vn ſolo agujero por el qual con vna caña de auena atraen la beuida. Ante del Rey Ptolomeo Latyro, los Nomades no ſabian que era fuego, comiã carnes de Elephantes, y leche de Ximias: Acerca de algunos naſcen cauallos, y elephantes, ſin orejas. Otros no vſan ſino de agua lluuia. Los Ariophagos ſolamente comian carnes de Leones y de Onças.

Los

Los Pamphagos todo quanto vian tragauan. Tambien ſe eſcriue que algunos de la Etiopia no comian ſino langoſtas que las deſecauan con ſal al humo, y las guardauan para comer: pero que ſu vida no paſſaua de quarenta años. En las iſlas Fortunatas ay vn arbol como cañaheja, de la q̃l exprimen agua para beuer: del arbol negro agua amarga: del blanco agua dulce. Y que abundauan de aues y dactiles y mãçanas y piñones y miel, y que en ſus rios abundaua mucho el peſce llamado Siluro que algunos pienſan ſer el Eſturion. Ay tambien en ciertos pueblos del Oriente, algunas aues, o gallinas, que tienen por a las pelos negros, y de ellas ſe mantienen. Los Anthrophagos vſan de eſpecies olorosas ignotas a noſotros: con las quales y arroz conficionan cierta beuida que embriaga mas, y hiere mas la cabeça, que el vino, y que tomã por beuida el humor q̃ ſale de cierto arbol cortado, o abierto. Y cuentan mas que debaxo de las cortezas de los arboles hallan harina de la qual hazen pan y otros manjares. Y que alli ſe hallan carneros de eſtraña magnitud. Y que ay iſlas de Chriſtianos que caſi ſiempre vi-

© Biblioteca Nacional de España
© Biblioteca Nacional de España

uen de pescados, porque alcançã mar muy abundante de pesca, y que comen arroz y leche. Y otras naciones que se mantienẽ de carnes de camellos. Otros viuen de pescados, assi frescos como secos, y que a los secos los muelen y hazen harina, dela qual confician panes para comer. Los Egypcios en el tiempo que obedeciã al Soldan comian carnes de camellos, y raras vezes de bueyes abundauã de mãçanas y pã. Empero pocas vezes haziã vino porque es vedado enla ley de Mahomat y lo q̃ hazen era vino preciosissimo. Esto es lo que yo pude collegir del mantenimiento de las naciones, y esta tambien manifiesto que segun las religiones y sectas se varian las maneras de los alimentos.

De los mantenimientos de la nueua India y de su regimiento.

CAP. V.

LOS Españoles y Portugueses mal oiemos a cerca de los Franceses, y algunas otras naciones: pues Bruyerino Campegio

pegio Frances dize, que los Españoles y Portugueses descubrieron y sojuzgarõ la nueua España por manera de latrocinio, y por hallar oro y riquezas, y no por causa de domar gentes fieras y traer las a buẽ viuir y politico, ni por causa de los amãsar y aplacar. Lo qual leemos de los Macedones, los q̃les fiẽdo Alexandro su rey sojuzgaron muchas Indias y barbaras naciones, no restriuãdo en oro, ni en plata, ni en interesses, sino para amansar las gentes indomitas y barbaras, para las atraer a vida domestica y ceuil, y para atraerlas a buenas y loables costumbres: y prueualo, porque dize que los que por escripto manifestaron nuestras nauegaciones y aparato de armas para estas Islas sin dubda dixeron auerlo hecho por auaricia y luxuria demasiada de comer y beuer: porq̃ lo primero que hizieron en allegando a aquellas Islas fue, poner todo su decreto enbuscar minas de oro, y de plata, porende ganando por armas aquella tierra luego assierõ a los moradores y vezinos de ella y los ataron como a esclauos y los cõpelieron cauar minas de dia y de noche, porende la desuenturada gente cada dia

© Biblioteca Nacional de España
© Biblioteca Nacional de España

deſeſperaua matandoſe a ſi miſmos, por huyr tan aſpera ſubjecion, porende la ſacrilega hambre de oro deſpoblo aquella tierra de moradores. Eſto dixo aquel Frãces de Leon Empero querer medir la intẽcion de todos los Eſpañoles que yuã a las Indias cõ vna miſma medida, es error manifieſto, y antes querer dezir mal que no de dar ſalubre correction, porque aunque es verdad que muchos yuan a eſta nueua tierra con intencion dañada de auaricia, y de ſatisfazer a ſu inſaciable apetito, muchos otros vuo que yuan con charidad e intencion de conuertir aquella gente barbara ſin ley, ni coſtumbres a buena ley y coſtumbres vrbanas. Y anſi Dios ayudo al propoſito de los buenos y ſanctos pareceres, dando victoria, y ayuda a los buenos propoſitos, para la ſaluacion de aquellas tan perdidas animas. Y porẽde vimos por experiencia q̃ los que con aquella deſenfrenada gula nauegarõ, o ſemurieron en aquella tierra, o fueron comidos de los Indios o ſe hundieron en el mar a la yda o venida, o ſi allegarõ a ſus tierras ſe deshizieron ſus riquezas como humo. Y porende vino en prouerbio que ſus

ſus riquezas fueron de traſgo: porque ni ellos, ni ſus decendiẽtes los gozarõ, pues luego boluiendo a nueſtro propoſito es cierto, que en aquellas Iſlas ſe hallo tanta fertilidad de yeruas, de arboles, d̃ matas, depreciosos olores, de animalias, de aues, que cauſo en todos noſotros no menos admiracion, que Alexãdro magno en los ſuyos quando ſubjecto todas aquellas Indias e Iſlas tan fertiles, como ſus eſcriptores lo eſcriuen. Pues luego empecemos primo dẽde la Iſla del puerto ſancto. Eſta Iſla es muy fertil de trigo, y de centeno, y de todo genero de ganados. Ay grã abũdãcia de jaualines y de conejos. Aqui eſta la Iſla de la madera tan abundoſa de açucar que ſe forman en ella infinitas maneras de confituras y maçapanes. Ay mucha abundancia de viñas, los ſarmientos de cãdia a eſta Iſla tray dos arrojã mas vua que hoja, y las vuas ſon de eſtraña grandeza. Cria gran abundancia de perdizes, de codornizes, de pauones, y de otras muchas aues de eſta manera. Abunda de muchas ſemillas y trigo. En ſus mõtes ſe halla grã abundancia de jaualines. Las Iſlas de Canaria, que piẽſan ſer las fortunatas, ſon diez,

© Biblioteca Nacional de España
© Biblioteca Nacional de España

diez, de estas diez, segun se escriue, las siete son habitadas, y las de mas no. Los que escriuieron cosas de India dixeron, que comian pan de cenada, allende de esto comen carnes, y queso, y leche. Empero esta tierra es muy aspera para lleuar otro qualquier genero de pan, y de vides. No saben que cosa son manganas sino son higos Abūdā de años mōteses, y traense para Portugal de ay muchos q̄sos. Empero la Isla que llamā Dargin, es fertil de todo pan, especialmente de cenada, si embran por Março y Abril. Abundan de datiles porque los ay en abundancia. No saben que cosa es vino, beuen leche de cameilas y de otros ganados. Crian muchas vacas, las quales en comparacion de las nuestras son pequeñas. Crian pocas cabras: pero muchas abestruzes, y comen sus huenos, los quales son muy suaues, como lo dixo Luis Veneciano. Tienen este mismo mantenimiento las cercanas islas. Los que se allegan a las islas de los Nigritas, comen pan de cenada, y de legumbres, las quales nascen en poca cantidad, porende ay muy pocos alimentos. Estan contentos con vn poco de harina de cenada, o cō otro qualquier

quier manjar moderado tāto puede la costumbre de comer poco. Empero es cosa estraña que comiendo con tanta templança les huele grauemente el aliento y mueren con aqueste graue olor: porende cubrē sus bocas, y sino es para comer no las descubren: el qual vicio diximos tambiē tener los Partos por los muchos y diuersos manjares que comen, y el mucho vino Los Nigritas q̄ llamamos Moros negros, en ciertos tiempos del año padescen graues enfermedades por los calores intolerables, y por la malicia y vicio de los manjares. Empero preuienen a sus enfermedades, tomādo por la mañana en ayunas vn grano de sal desleydo en agua. Y dizen q̄ esta naciō mueue tāto asco y fastidio quā do guisan y aderezā sus manjares q̄ todos los q̄ lo veē dan arcadas, tanta es su suziedad. Son estrañamente luxuriosos. Los q̄ habitā el reyno llamado Senege viuen en perpetua hābre, y en perpetuo e infaziable apetito de comer. Costūbre cōtraria a la de la gente que hemos dicho. Tienen abundancia de bueyes y cabras, y muy preciadas y suaues legumbres: las quales siembran y siegan: empero no cogen trigo, ni cena-

© Biblioteca Nacional de España
© Biblioteca Nacional de España

ni ceuada, ni centeno: como tan poco los moros negros. Ay grã abundãcia de alfocigos, y de diuersos otros generos de legumbres. Tienen grã cosecha de hauas de diuersos colores, son muy anchas, algunas negras, y otras coloradas, y otras blãcas, siembran se por Iulio, cogen se por setiembre. Coge se tambien alli mijo: no beuen sino agua, o leche, y vn liquor de vn arbol q̃ no lleua fructa: este arbol es muy semejante a la palma. Llamã al liquor que del sale Miguol, y es de mucha suauidad, y tienta la cabeça, y embriaga como vino, por lo qual es necessario le tiemplen con agua. Empero no guarda su sabor y gusto mas que tres dias o quatro, y en passando este tiempo luego se azeda, y miẽtras mas se aneja es mas desgustado, empero beuiẽdo este liquor reciente, especialmente si hierẽ el arbol y chupan su çumo, es de grã suauidad y gusto mas que ningun vino. Arroja este arbol este liquor o lagrima todo el año. Ay arboles que lleuan fructo muy differente de los nuestros, y ay mançanas casi como las nuestras, empero son de mucho mayor suauidad y olor. No se labrã estos arboles, ni se cultiuã ni se trasspo

sponen, sino que nascẽ espontaneamente. Ay muchos lagos: empero no anchos, ni largos sino muy profundos. Tienen agua dulçe, y crian muchos pesces semejantes a los nuestros. Ay mucho azeyte, que huele a violetas y flores y guisan con el sus mãjares y es muy suaue, tiñe tanto la comida como nuestro azafrã. Cria esta tierra buyes y vacas, muy mas pequeñas q̃ las nuestras. Las vacas tienen diuersos colores, porque vnas son negras, y otras blancas, otras mezcladas de blãco y negro. Ay poco ganado cabruno y menos ouejuno, empero ay grã abũdancia de cabras mõteses, y de liebres. Ay tãbien gallinas q̃ son trayadas por aca, y antarones d̃ varios colores. Tienen gran abundancia de miel. Ay muchos cauallos y yeguas, las quales engordan con mijo. Y dizen que todas estas Islas crian gran copia de palomas, y escriue Luis Veneciano que por tener a los Indios por gratos que comien carnes de elephantes cozidas, y asadas, empero q̃ eran de mal gusto, y sabor y que esto principalmente lo hazien la Isla de Gambre a donde ay gran abundancia de elephantes, los quales caçan. Comen con gran suauidad car-

© Biblioteca Nacional de España
© Biblioteca Nacional de España

carne de perros, lo qual dize que no vio en otra alguna nacion. Ay gran fertilidad de datiles, y de otras mançanas: empero no osauan comerlas nuestros nauegadores, porque por experiencia hallauan causarles dolores de tripas, y mouerles mucho a camaras. Y dizen que aquel suelo lleua mucho arroz. Ay otra nacion de Indios llamados los Ananinos, tienẽ grã copia de todo genero de aues, y crian muchos papagallos, y gallinas y guales en grandeza. Lleua grã copia de mijo: empero no hazen pan de ello, sino de vna rayz llamada ca aui. Ay gran abundancia de ganados, beuen agua de rios, y es de gran suauidad. Los Melindas no tienẽ pan mas que mijo, y arroz, crian aues y carneros comẽ leche y ay mucha miel, y muchos datiles, y vnas mançanas que dizen afsirias de suauisimo olor, causan gran recreaciõ a los enfermos. Y cuentan que ay cercanas muchas Islas que no saben que es pan, ni vino, ni carnes, comen solamente arroz, mançanas, y açucar, leche, manteca de vacas. Hispania es vna Isla que primero fue descubierta por la nauegacion de Columbo, en ella ay moradores semejantes a los Cã-

Canibalos que comen carnes humanas. Esta isla cria vnas rayzes a manera de nabos, tienen sabor de castañas, aunque son en su gusto desgraciadas quando estan recientes dizense en aquella isla Ages, y en otras partes batatas. Hazen de ellas pan. En la isla de guadalupe ay vna nacion que come carne humana, y por esso se llaman Anthrophagos cria muchos papagallos, mayores que pauos, tienen las alas de diuersos colores, lo de mas del cuerpo colorado, engordãlos y son suauisimos de comer, Ay otra isla no muy lexos de Cuba la gẽte de la q̃l tiene por el mayor y mas suaue regalo carne d̃ serpiẽtes, en tãto grado q̃ va a mesas de reyes y d̃ principes. Curtana es vna Isla que descubrio Pero Alphonso muy abundante de delicadisisimos y suaues manjares, ay jaualines, liebres anadones, anfarones tortolas palomas, y fayfanes. Americo Vespucio allego a vna Isla, la gente de la qual come carne de sus enemigos, y dizen que es suauisima, guardan la en sal como nosotros carne de puerco, o de vaca. Deleytan se mucho con la comida de pescados. Y es cosa estraña que en vna tierra tan fertil coman carnes humana-

© Biblioteca Nacional de España
© Biblioteca Nacional de España

manas: porque tienen mar de mucha y delicada pesca. La tierra produze espontaneamẽte muchos arboles fructiferos que lleuan manzanas de mucho olor muy suaues, alguſto, produze muchas rayzes y yeruas, de las quale hazen pan y otros manjares, y ay mucha fertilidad de trigo, y ceuada, pero no es semejante a nuestro trigo, ni a nuestra ceuada, son las mugeres ay muy luxuriosas viuen los hombres mas de ciẽto y veynte años. Americo Vespucio en su primera nauegacion descubrio vna tierra adonde los vezinos no saben que cosa sea pan, tienen por comida yeruas y rayzes, y manzanas, y pescados. Tienen vna raiz, la qual muelen y de su harina conficionan pan para comer: a esta raiz algunos llamã caçaui, y otros yucca y otros ynamen, y otros Cambri. No comen otra carne sino la humana. En la misma nauegacion se descubrio vna gente q̃ comen de carne de ciertos animales tan grandes como cabrones: pero son de figura de serpientes. Fuera de esto pescan en su mar cierto genero de pescados, los quales majan y masan y hazen panes de ellos, los quales cuezen y son muy suaues, segun lo

lo que dizen los nauegantes, que por ay aportaron. En vnas islas españolas que dizen la nueua España, ay vna semilla que llaman Mayz, de la qual se haze pan mas suaue que de trigo, porque cõ mas facilidad se haze el pan de su harina, y mantiene mas y da mas fuerça. Aunque los que de nuestra tierra han ydo a aquellas islas dizen no mantener tanto como nuestro pã, ni ser de tã buẽ gusto, ni de tãto prouecho. En la Isla Dariene se coge pã de la simiẽte q̃ se siẽbra, cõ tanta presteza como en la nueua España. Ay muchos arboles q̃ nascen por todas partes sin se sembrar, ni trasponer. Lleuan mucha copïa de manzanas, y fructas. Ay algunas manzanas de color y figura de limones, y son agradulces. Ay otras como cidras en grandeza y color. Ay otras como naranjas q̃ tienẽ el sabor de melones, pero muy mas suaue y gustoso. Ay vn arbol como castaño q̃ lleua vna fruta semejãtea higos muy gruessos, la qual fructa es muy dulce y suaue al paladar: ay otro arbol q̃ lleua vnas manzanas mas chicas y delgadas que ningun arbol: empero en la fragrancia y suauidad de olor y en su delicado gusto ha-

© Biblioteca Nacional de España
© Biblioteca Nacional de España

ze ventaja a todas las de mas fructas, Cria se otro arbol que lleua vnas mançanas como las nueſtras en color y figura y ſabor engordan con ellas a los puercos domeſticos: los quales ſi los lleuan a apaſcẽtar a las ſeluas con aquellas mançanas de mãſos y domeſticos ſe tornã brauos y fieros, tanta es ſu goloſina para yr a comer de aquellas mançanas. Las carnes de eſtos puercos, anſi ceuados cõ eſta fructa, ſon mas tiernas, y mas ſuaues, y mas ſanas que las carnes de nueſtros carneros, ſegun lo teſtifican los que de ello eſcriuen y lo hã viſto. Y pienſan algunos, que aquel genero de mançanas es eſpecie de mirabolanos. Y dizen que eſta fructa tambien es muy commun en la nueua Eſpaña. Eſta tierra cria piñones, y abunda de palmas: empero nacen ay vnas rayzes tan grandes como nabos, y como turmas muy grandes las q̃les llamã patatas o batatas, naſcẽ como turmas ſin ſembrar ſe đl vicio đla tierra, tienẽ eſtas rayzes vn cuero mas duro, y viſcoſo que los nabos, y que las turmas; empero lo de dentro es muy blãco y muy ſuaue, comenſe crudas, y aſſadas a manera de caſtañas, y repreſentan ſu guſto: ſuelen las

las ſembrar en algunos huertos como la rayz llamada caçaui. Ay en las lagunas de eſtas islas muchos fayſanes y pabones no como los nueſtros, porque carecen de colores diuerſos, ay papagallos en tanta abũdancia por las calles y campos, como aca gorriones. Comen ay vna manera de caracoles que llaman perlas y tueſtan los al fuego, porque mas ay na ſalen a fuera que no ſi ſe cuezen en agua. Ay otra manera de conchas que llaman vniones, porque lleuan vnas conchas de perlas muy preciadas y tambien tueſtan eſtas conchas para las comer, y tienen las en tanto como noſotros las oſtias. Aquellas perlas que traẽ por aca ſon de ellas y vienen coloradas y denegridas porq̃ las aſſan y tueſtã pues đ otra manera vernĩã muy luzias y blãcas. Ay tãbiẽ rios q̃ lleuan arenas de oro tienẽ muchos peſcados y ſon ſuauiſsimos por ſe apaſcentar de aquella arena. Ay tambiẽ en eſtas Iſlas hazia el occidente ciertas naciones que viuen en cueuas que ſolamẽte ſe ſuſtentan de mançanas y viuẽ con ellas contentos: porque ni ſiembran, nicongẽ, ni labran los campos. Los Chriſtianos q̃ paſſaron de eſtas partes a aquellas tierras

© Biblioteca Nacional de España
© Biblioteca Nacional de España

viuieron algunos años cõ rayzes, yeruas y fructas, hasta que empeçaron a acostumbrarse a los mãjares de aquellas Islas, por q̃ aquella rayz llamada caçaui, dela qual los Indios hazẽ pan, era mortal para los que de por aca auian nauegado alla de lo qual se saca, que es verdad que acostumbrando se a la ponçoñan poco apoco mãtiene. Especialmente que los nuestros esperimentarõ que la ponçoña desta rayz estaua en su çumo, porende empeçaron a cozerla y despues a tostar la en el fuego y ansi boluiẽdola menos dañosa y menos empeciua la començaron acomer. Y hizieron mas que la desecauan hasta que no tuuiese humor y guardauan la, para hazer pã de ella, porque esto no era tan pesado para el estomago como el que era de la rayz tostada. Emperode esta Caçaui ay dos generos, el vno de ella es para mesas de reyes, el otro pare la gente mas commun, porque el pan que se haze de la primera caçaui es como nuestro pã de flor de la harina, el pan de la otra caçaui es como nuestro pan de azemite o de mediano. Y tambien de las batatas, de las quales hezimos poca mencion. Ay tambien muchas diferẽ

ferencias, y tambien de otra semejãte rayz que llaman Ages delas quales rayzes traẽ por España y se venden como nabos, y hazen de ellas comida, coziendolas con carnes. Assadas y echadas en vino son mas suaues que castañas. Ay tambien relacion q̃ de cierta nacion cercana a estas indias dela nueua España, que comen grillos, y cigarras, y langostas, y cangrejos y caracoles, y que salan todas estas sauandijas para las comer, y las lleuan alla alo mas interior de las Indias y q̃ se compran por cosa de mucha suauidad. No dexare de contar por cosa de marauilla, q̃ ay Isla, qual es la q̃ dizẽ palma, en la qual se halla grã abundãcia d̃ miel en los espinos y abrojos y en las hojas de los arboles, y en las matas. Es cosa tãbien de admiracion, que en la Isla llamada Altibella ay tortugas de grandeza increible, y en mucha abundancia, ponen de vna vez hueuos mas de trezientos y de quatrocientos tan grandes como de ganssos, los quales esconden en vnos agujeros que ellas hazen en la arena del mar, y despues los cubren con la arena y dexan los estar se ansi, sin mas cuydado de ellos, porque solamente con el calor

© Biblioteca Nacional de España
© Biblioteca Nacional de España

del sol se empollan y nascen las tortugas debaxo dela arena como hormigas. Dizẽ que sus carnes de estas tortugas tienen el mismo sabor y gusto que las carnes de ternera, y que en bondad no son inferiores. Ay cierta isla que llaman de Dites, la qual no se aparta dela linea equinocial mas que seys grados, donde ay grandisima cosecha de cieruos y đ liebres, y cada vno puede matar de esta caça a su voluntad cõ saetas, o piedras, o dardos. Y en esta isla se viue cõ mayor libertad que en otra alguna. Abundã de muchas rayzes, y de mayz, del qual conficiona beuidas a manera de cerueza. Ioseph Indio descubrio vna Isla q̃ se dize Carangonora, la qual esta situada entre el Tropico de Cancro y la Equinocial, es fertilisima de arroz, y del hazen pan, y que tiene cincuenta differencias de yeruas, de cuyas rayzes comen. Tienen tambien higos, empero no otra alguna fructa, sino son nuezes que dizen de India. Ay muchos palmares de cuyos fructos hazen pan, y sacan vino, y azeyte, y açucar. Por lo qual no es de marauillar si Estrabon en su libro del sitio del orbe aya dicho lo mismo, porque dixo, que del fruc-

cto dela palma se hazie pan y vino, y miel y azeyte. Y muchos contaron que en Etiopia de los datiles secos se hazia pã, porq̃ la sequedad de aquella tierra es tanta, que los datiles se tornan como harina y se espesan y congelan en panes. Finalmente en esta nueua España ay diuersos generos de plantas, de yeruas de ganados, de caças, de aues, de rayzes: las quales cosas no se hallan en otras tierras. En algunas partes su principal cosecha es de yeruas, y en otras de rayzes. Empero tractemos aora de la Isla de Calicut, en esta Isla los vezinos compran trigo de los moros, y lo hazen harina, y luego lo masan sin leuadura y lo echan sobre las brasas para comerlo, y no tienen hornos. Tienen gran fertilidad de arroz, crian bueyes pequeños, comen queso y leche ay muchos datiles, y passas, y vnas mançanas que llaman Asirias y otras mançanas de diuersos generos. Tienen los principes y grãdes vna superstician de no comer carnes. La gẽte vulgar come pescados y carnes, excepto de bueyes porque los tienen por cosa cõ sagrada. Los manjares reales son leche, manteca de vacas, arroz, y la gente del pa-

© Biblioteca Nacional de España
© Biblioteca Nacional de España

lacio vſan de lo miſmo a imitacion de ſus ſeñores. Y tambien los que quieren viuir caſtamente, beuẽ por vino cierto liquor hecho de datiles. Los que habitan la Isla llamada la puerta de ſant Iuan, crian perros y engordãlos para comer: empero eſtos perros no ladran y tienen el ozico de zorro: empero los que guardan para comer caſtran los, y anſi dizẽ ſe hazen de mejor y mas tierna carne: engordan los de ſeys meſes. Tienen gallinas tan grandes como pauos y ſon muy tiernas de comer: Tienen cierto animal que llaman Vtia, a manera de conejo, del qual comẽ los pueblos de eſta isla. La tierra llamada Cuba tiene vides las quales eſpontaneamente ſin artificio humano ſe ſuben por los arboles, las vuas de eſtas vides ſon muy grãdes y muy çumoſas: traenſe a nueſtra Eſpaña para meſas de principes, por coſa de marauilla. Las mançanas no ſe pueden traer, porque luego ſe podreſcen. Ay muy grandes manadas de gruas y de palomas: las quales ſon de tanta ternura y ſuauidad de guſto, que ſobrepujan a las perdizes, porque ſe apacientan de flores, y yeruas muy oloroſas, y vceſe por experiencia:

por

porque abriendolas hallan en el papo, y en el guarguero muchas flores oloroſas. Siembran mayz y ages, y las rayzes llamadas caçaui y yucca: y tienen los huertos a donde ſe ſiembran abiertos para todos, porque dizen que el cielo y tierra es para todos, y que la naturaleza es commum ſin excepcion a todos, y anſi viuen en mucha concordia. Empero hallanſe algunas tierras, y pueblos en calicut debaxa fuerte, comẽ peſcados y ratones que caçan, y por fruta de poſtre comen ciertas hojas llamadas Betolla. Abundan de mançanas y de ellas ſe ſuſtentan. Cierto pareſce coſa increible y fabula lo que ſe cuenta de la fertilidad y abundancia de eſta Isla, eſpecialmente en mançanas y arboles. Siembran arroz con muchos bayles y ſonajas y panderos, rogando a ſus demonios lo traygã abuena coſecha y que lo libre de las tempeſtades, guiſan muchadiuerſidad de mãjares, eſpecialmente en las obſequias y hõras de los defunctos, amigos, o parientes, o criados del rey. En eſta tierra ay la gente llamada Mamellucos, los quales obedeciã al Soldan de Egypto, y dizen, que comen carnes de cauallos y de camellos, y bufa-

© Biblioteca Nacional de España
© Biblioteca Nacional de España

nos. Ay en esta Isla gran abundancia de arroz, del qual hazen pan y ciertos generos de beuidas y otros muchos manjares, crian muchas miesses de pan, tiene mucha caça, mucho ganado, cria carneros de admirable grandeza, su cola suele pesar quarenta libras, y quinze libras, y ay los tan gordos que apenas se pueden menear algunos de estos carneros tienen los cuernos como corços, y venden se doze de ellos por vn escudo: cria cabras muy grandes y de vn parto paren quatro cabritos. En la Isla Biana viuen hombres que comen carne humana, tienen mucha manteca de vacas hecha de leche de bufanos: Nascen en sus campos muchas maneras de trigo, y tienen gran diuersidad de aues.

Del regimiento de algunos notables varones.

CAP. VI.

YA pues hemos tractado delos mantenimientos de algunas naciones, resta aora tractar alguna cosa de las memorables

bles comidas y beuidas de algunos varones dexando a parte las monstruosas comidas que cuentã algunos historiadores y poetas, solamente quiero aqui tratar los mantenimiẽtos que algunos historiadores cuentã de los Romanos y Griegos para mostrar exemplo de viuir. A donde conuiene aduertir que en parte podemos tener buen credito de nuestras costũbres en parte deuemos vituperar las, porque algunas vezes se mostrara auer templança y moderacion, y otras vezes desatinada redũdãcia y desmoderaciõ excessiua: y quiero comẽçar del regimiento de aquel tan antiguo y afamado varõ Pytagoras, porque no tiene poca authoridad para alcançar la virtud. Dizen que Pytagoras se templo en muchas comidas, porque dezia que las muchas comidas dañauan a la anima, aunque en las comidas que el vsaua variã muchos historiadores y en muchas cosas no concuerdan, pues vnos dizen, que se aparto del todo de la comida de animales, otros dizen que solamente se aparto de comer animales mãsos y domesticos, cõuiene a saber, para enseñarnos a no vsar crueldad y tyrania cõ los

© Biblioteca Nacional de España
© Biblioteca Nacional de España

los animales, mas antes vsar de clemencia y piedad. Aristoxenes, y Atheneo affirman que vso comer carnes de animales. Mas antes, segun escriue Apollodoro, muchas vezes hizo aquel sacrificio llamado Hecatombe, en el qual se matauan muchos animales. Empero los mas concuerdan que se aparto de comer hauas, y amonesto que no se metiessen debaxo de vides. No entendio esto ansi materialmente, sino que dio a entender se apartassen de beuer vino, y dize se que jamas beuio vino y agua muy poquita, y que nunca gusto vianda o manjar alguno, fuera de vn poco de miel, de la qual vsaua cõ gran templança y moderacion. Y que nũca comio pescados, porque eran mudos. Y que sobre todo encomendaua el silencio y no hablar, y que vsaua comer puercos pequeños, y cabritos tiernos. Pero escriue Aristoteles q̃ los discipulos de Pytagoras comian carnes de animales: empero que se guardauã de comer las naturas feminales y coraçones. Y del pescado llamado Vrticamarina, y de otras carnes semejantes. Empero que comiã de todo genero de carnes. Socrates dezia que andando

do mataua la hambre, fue templadissimo en su comea, y beuer, como es parescer de todos, y que viendo vn dia a cierto hombre q̃ comia mucha diuersidad de manjares le dixo. Tu hombre en lugar de pã comes vianda y manjares, en lugar de vianda y manjares comes pan. De la misma tẽplança vso su discipulo Platon, lo qual affirmo Timotheo, pues auiendo sido combidado de Platõ en la Achademia dixo otro dia siguiente que los que cenassẽ cõ Platon otro dia se hallarian descargados y estarian con suauidad y templança. Condeno Platon las mesas esplendidas de los de Sycilia y de Italia, como mesas demasiadamente superfluas y excessiuas. Abomino la costumbre de comer dos vezes al dia, a lo menos hartar se dos vezes en vn dia. Fue llamado Philosyco, que significa, comedor de higos, por lo qual dizen, que murio de enfermedad de piojos: porque es parescer de medicos, que el continuo vso de comer higos engendra piojos. Empero Aristoteles su discipulo no guardo esta templança en su comida y beuida, y prueuase, porque en la almoneda q̃ se hizo de sus muebles, despues de muerto

© Biblioteca Nacional de España
© Biblioteca Nacional de España

to, se averiguo auer se vẽdido sesenta platos de plata. De donde se averigua, que este tan admirable Philosopho se estrago mucho con el vicio dela gula. Despues de la victoria de Persia. Cuentase, que Zoroastes se sustento en los desiertos veynte años con solo queso, del qual comio con tanta moderaciõ que no sintio vejez. Epãmonidas Tebano fue tan modesto y templado, que como fuesse combidado de vn vezino suyo, hallo tan gran apparato de conservas y fructa de sarten, y tanta diuersidad de olores, que luego en el instante se fue diziendo. Yo pensaua que hazias algun sacrificio a los Dioses y no era sino que te hazias del prospero, y gallardo. Y porende siempre tenia por costumbre en sus exercitos expeller a los glotones y comedores, porque naturalmẽte los aborrescia. Dizen tambien que el mismo juntaua quantos templados auia, y toda la gente que no era dada a la embriaguez y glotoneria y paseandose cercaua con ellos la ciudad para dexar a los glotones y dados a la embriaguez vsar vanquetes a su volũtad y para hazer cẽtinelas por ellos. Fue muy esclarecido en la modestia de su vestir

vestir y calçar y de sus comidas y muy sufrido en los trabajos y aduersidades. Agesilao (segun que escriue Plutarcho) en su comida y beuida y en sus atauios no se señalaua en nada entre los suyos, vsaua de muy poco sueño, y solamente para poder entẽder en los negocios. Y no vsaua mas que de vn vestido para inuierno y verano y estio. Dizese, que caminando cõ sus exercitos, los Thespios le embiaran harina, ansarones, muchas confituras, y conseruas, muchas cosas de panificios açucarados, y otros muy diuersos regalos, y vinos muy generosos y escogidos: y de todas estas cosas no quiso rescebir mas que la harina. En fin como fuesse muy importunado para que lo rescibiesse, mando lo distribuyr por los esclauos y seruiciales, diziendo. Que la gente libre y hijos dalgo y valientes, no auiã de ser dados a los artificios de horneros y cozineros. Alchamenes dizẽ, que a cierto hombre, el qual le tacho de miserable, pues tiniendo tantos bienes de fortuna vsaua de ellos con tanto recato, le respondio. Que aquel que posee mucho, no deue vsar de sus riquezas a su apetito sensual, sino viuir por razon

© Biblioteca Nacional de España
© Biblioteca Nacional de España

zon y cuenta. Chrisippo se allegaua mucho al dicho de Euripides, el qual dezia que para el mantenimiento del hombre bastaua pan y agua: porque el pan y agua siempre estaua a la mano y aparejados y nunca de estas dos cosas se cansaua el apetito, porque todas las de mas maneras de guisados, y manjares no son sino para gastos superfluos y golosinas. La gran templança de Pyrron fue muy celebrada y tãbien la de Menedemo, cuyas conseruas no eran sino hauas, y algunas vezes añadia mançanas, y en el estio granadas, y en el inuierno higos passados. Tambien la modestia de comer y beuer, de Archesilao fue singular. Byon Boristhenes dezia sabiamente, que el gusto y deleyte no auia de salir de los manjares, sino de la templança. Crates Cignico reprehendia a Demetrio porque le embiaua pan en vnas alforjas, y vino en vn cantaro: porque dezia que adõde auia fuẽtes no auia necesidad de aquellas cosas. Y hallamos por historias que Phocion y Aristides, y Phormon esclarecidos capitanes, fueron muy celebrados y ennoblecidos por su gran modestia, en el regimiento de la comida. Cleomenes

Lace

Lacedemon, varon que en todas virtudes floresció, nunca cenaua ni comia sino en vna vanqueta de tres pies. Empero quando tenian por combidados a algunos señores, o quando tenian huespedes, haziã poner otras dos mesas algo mas polidas, y luego la cena algo mas esplendida y auẽtajada no en diuersidad de mãjares ni guisados: empero lo que se ponia en mayor abundancia, y el vino mas suaue, y quitadas las mesas hazia traer vnas como treudes de hierro y encima vn taçon de alambre lleno de vino, y luego dos taças pequeñas de plata, y era licito a cada vno beuer lo que quisiesse del taçon de alambre. No queria que vuiesse cosa de oro, ni algũ otro regalo semejante, y luego en cenãdo halagaua a los combidados cõ alguna platica suaue, esta era la templança de los reyes de aquel tiempo. El Rey Alexandro el Magno, dizen auer sido muy modesto en el regimiento de los manjares, porque dezia que para la comida de medio dia no auia mejor salsa que el caminar por la mañana y de noche: y que para la cena no auie mejor salsa que comer muy poquito a medio dia. Y poresso desterro a los cozi

G neros

© Biblioteca Nacional de España
© Biblioteca Nacional de España

neros de su exercito. Este rey en saliendo el sol luego comia y en puniendose luego cenaua. Quando hazia sacrificio luego beuia. Algunos le quisieron notar de borracho. Empero Plutarcho en el libro de la fortuna de Alexandro no dubdo de reprouar este parecer. La razon esta manifiesta, porq̃ en todos los negocios q̃ tracto fue sobre manera grãde y grãde pieça. Despues de esto fue de mucha vigilancia y templança y modestia, no borracho, ni tumultuoso, ni bullicioso, o desatinado en la administracion de sus republicas. Porque es aueriguado que los reyes que fueron bullicioſos y desatinados todos fueron destemplados y dados a la embriaguez, y no se pudieron refrenar. Fue Alexandro tan despreciador de exquisitos manjares, que todos los manjares muy exquisitos y preciados, embiados de tierras lexanas los partio entre sus amigos y ninguna cosa de ellos tomo para si. Su virtud no le mouia a otra cosa, sino a batallas justas y dignas de rey, cuyo fin y cuya intenciõ no eran las grandes y muchas cargas de oro que le trayan en tãtos camellos. No las deleytosas mesas de los de

de Media. No los vinos de Celedonia, o los pescados de Hyrcania, sino instruyr a todos los hombres para la obediencia de sus reyes, y para acostumbrarlos a viuir conforme a razon y virtud. Y dizen muchos, que tuuo la misma templança que Agesilao. Ninguna cosa possey o sin sudor y trabajo. Ninguna victoria sin derramamiento de sangre suya, y de los suyos, ninguna cosa sin poluo y contienda. Quãdo auia hãbre comia rayzes de yeruas las q̃ topaua. Viẽdo en la ciudad de Chorinto a Diogenes Cinico, y tratando le, admirose tãto de su vida y de la generosidad de su animo que muchas vezes dezia acordandose del. Si yo no fuera Alexandro, quisiera ser Diogenes. Quiso dezir que se diera al estudio de las letras. Affirma plutarcho con firme cõstancia, que la philosophia moral de Alexãdro fue en realidad de verdad mayor que la de Socrates y Platon. Con todo esto leemos en graues authores, que anſi Alexãdro Magno, como su padre Philippo, fueron muy dados a vino, y que por su embriaguez cometierõ muchas crueldades, y que por esso Androcides varon esclarescido en sabiduria

© Biblioteca Nacional de España
© Biblioteca Nacional de España

y prudencia, dizen, auer escripto a Alexandro Magno, que se templasse y refrenasse de tanto desorden en su beuer, diziendo. O Rey acuerdate que beuiendo vino beues la sangre de la tierra. Los philosophos llamados Tauros en Athenas, segũ cuẽta Gellio, fuerõ muy reglados en sus cenas: porq̃ siẽdo cõbidado Gellio de vno de aquellos Tauros, el fundamẽto de su cena fue vna olla de lentejas y calabaças hechas pedazitos. De Demostenes se cuenta que nunca beuia sino agua, y que su viuienda fue muy contraria de la viuienda de Demado orador de su tiempo: porque aqueste orador era dado a rameras, y a ser rufian, dauase a banquetes, y embriaguez, y cada dia en sus Declamaciones y ayuntamiẽtos se mostraua muy glotõ y comedor, y despues de repleto se recostaua a vn lado y a otro. Empero Demostenes no beuia sino agua, velaua de noche, y estaua todo metido en negocios, y era muy solicito y cuydadoso, y porende se traya por refran, que sus oraciones olian a la candela. Aristoteles y Teophrato dixeron, que cierto hombre llamado Philio no vso de otra comida ni beuida,

mas

mas que de sola leche. Cuenta Campegio, que en cierta parte de Francia vuo vna donzella, la qual no se sustento de otra cosa sino de suero de leche, y que en oliendo pan luego hazia ascos y võmitaua, y que si acaso echauan en el suero alguna miga de pan luego lo sentia, y que era hija de hombre prospero y rico. Caton censorino, aunque muy rico y prospero, comia con gran regla y modestia, y no otra cosa sino nabos: de los queles el con su propria mano hazia vn guisado muy suaue y saludable para si, y pensaua que su mesa era madre y ama de sus amigos. Dende su niñez tuuo vn rejo de cuerpo muy firme y rezio por los exercicios y modestia de su viuienda, y por el exercicio de las armas, de las quales vsaua para la fuerça y sanidad de su cuerpo. Quando sentia sequia beuia agua tan solamente, empero si por el estio le aquexaua mucho la sed y calor, aplacaualo cõ algunos tragos de vinagre. Compraua carne de la carneceria, y no por su gusto y deleyte, si no por la vtilidad de su republica, para tener fuerça corporal en las batallas, porque dezia, que no sabia como se pudiesse

© Biblioteca Nacional de España
© Biblioteca Nacional de España

conseruar la republica a donde se vendia por mas precio vn pescado que vna vaca. Y dizen, que pregũtaua en que negocios podia vn cuerpo aprouechar a vna republica si todo lo que auia entre el paladar y las ingles obedecian, al apetito de su vientre. Empero con todo esto, si acaso sus sirvientes y esclauos y domesticos se desmãdauã demasiado en comer y beuer no por esso se enojaua ni reñia, porque, pensaua ser cosa torpe e indecente tomar pendencias y passiones con sus criados y domesticos por cosas de comer y beuer. Tãbien se escriue, que Curio emperador de los Romanos auer sustentado su vida cõ nabos, por lo qual como los embaxadores de aquella ysla de Samos le offreciessen gran cantidad de oro dizen, que mostrandoles los nabos que vsaua en sus comidas respondio: para quien no come sino esta comida no es menester oro. Este es aquel Curio Manlio, el qual despues de grandes triumphos, y despues de auer acrecentado al pueblo Romano con immenso numero de tierras, dixo en publico parlamẽto. Aquel ciudadano que no se contentaua con siete yugadas de tierras, conuiene

ne asaber con tierras para las quales bastaua siete huebras, ser muy perjudicial y pernicioso a la republica. Escriuese, que Cincinato despues que le sacaron de la labor de los campos, para ser dictador, no vso sino de la comida rustica y dura que de antes auia vsado. Lo mismo se cuẽta de Serrano al qual hallandole sembrãdo le dieron tambien la honrra de dictador y vso los mismos mantenimientos que solia, porque en aquellos tiempos la republica no tenia superfluydad de gastos ni de manjares. Empero despues que los Romanos subjetaron la Asia luego se introduxeron los deleytes de los demasiados manjares. Los quales mas que otro alguno acrecento y maltiplico e inuento Luculo, pues esta aueriguado auer sido muy señalado en todo genero de mãjares y potajes y desmoderados combites y musicas y cantos torpes y luxuriosos. Y dize Plinio que por su gran glotoneria le llamaua Pompeyo, Xerxes togato, conuiene a saber, Xerxes vestido a lo romano. Cierto Lucullo siempre variaua sus comidas y vanquetes con nueuas inuenciones de manjares y con nueuos gastos y excessiuos

© Biblioteca Nacional de España
© Biblioteca Nacional de España

uos. Tenia infinitas maneras de confitu ras y cõseruas, infinitas maneras de pani ficios. Fue Caton grandissimo contrario de vna vida tan luxuriosa, y pareceſſe por lo que vn dia dixo a vn mancebo que ha zia vna muy prolixa e importuna oraciõ ante el senado, sobre la modestia y templã ça de la vida humana: porque leuantando se Caton delante de todos dixo. Has ya oy de acabar rico como Crasso, gloton cõ mo Lucullo, predicador como Platon. Cuentase que como a caso Lucullo cenasse solo, y porende le fuesse puesta vna mesa de manjares moderados, y no excessiuos q̃ empeço a reñir con el despensero, porque le auia puesto pequeña cena y q̃ respondio el despensero. Pense que como cenauas sin cõbidados que no quisieras sumptuosa cena. Y entõces dizen que respondio Lucullo. Que dizes hombre a ora sabes que Lucullo auia de cenar con Lucullo? Cuentan del que como tuuiesse por combidos a ciertos Griegos: que los Griegos de verguença que para ellos se hiziesse tan continuo y sumptuoso apara to recusauan el combite. Lo qual como sintiesse Lucullo les dixo. O Griegos,

por

© Biblioteca Nacional de España

por amor de vosotros se ponen algunas cosas, empero por amor de Lucullo se ponen muchas cosas. Para en cada sala y en cada refitorio auia su proprio esplendor y riqueza de aparato: de esta manera con sumia las riquezas que ganaua con robos y latrocinios. Pompeyo por el contrario vsaua de gran modestia y templança en sus manjares y regimiento: del qual quie ro aqui traer vn solo cuento. Como enfer masse de cierta enfermedad, el medico para despertarle la gana de comer mando lè truxesse vn zorzal, y como los ministros no le hallassen acomprar: porq̃ el tiempo no era apto para auer zorzales, dixeron les, que en casa de Lucullo le hallarian, porque criaua zorzales en su casa para to do el año. Lo qual como supiesse Pompe yo dizen auer dicho. Es posible que no puedo yo viuir sin su despẽsa de Lucullo? Y luego dexado el paresçer del medico busco otro manjar commun. Iulio Cesar (segun escriue Opio) fue templadissimo en su comer, y mas en el vino, y porque el panadero vn dia en vn combite le puso different pan q̃ a los cõbidados le mãdo echar en vn cepo, fue muy curioso de lim-

© Biblioteca Nacional de España

pieza y policia. Augusto Cesar fue de muy poquito comer, y amigo de comidas comunes y bulgares, comia vnos peces pequeños, y pan con acemite, que se dize medianas y queso de vacas y higos y brebas, era muy moderado en el vino y a lo mas largo beuia tres vezes a vna cena. Beuia muy asu gusto cierto vino llamado Rethico: entre dia no beuia, y para templar la sed comia vn bocado de pan mojado en agua, o vn cogollo de lechuga, o vn poco de pepino, o vn bocado de vna mançana acetosa. Y dizese, que corrigio las sumptuosas y superfluas cenas y malas costumbres de glotonear: empero muchas vezes hazia combites, y no vsaua en ellos mas que tres differencias de manjares y quando el combite era sumptuoso seys maneras de manjares. Y cuenta se que como el pueblo Romano se quexasse de la carestia del vino, q̃ Augusto cesar refreno su querella con vna muy serena oracion, diziendo, que su yerno Aggrippa bastantemente auia proueydo fuentes de agua en Roma para que el pueblo matasse la sed. Lo mismo se cuenta de Pescennio emperador, porq̃ como estuuiesse en Egypto con su

su exercito y se quexassen los soldados q̃ no auia vino respondio. Teniendo el rio Nilo pedis vino? Pues tornando a Augusto Cesar es cierto que padecio algunas grãdes enfermedades por todo el discurso de su vida, empero aquella poca salud la sustentaua y conseruaua con diligẽcia y por esso viuio setenta y seys años. Empero digamos algo de Agrippa su yerno, de Augusto Cesar, el qual assi en su manteni miento como en todas las de mas cosas siempre fue mas dado a comidas rusticas que no vrbanas y delicadas. Tiberio Cesar el que succedio a Augusto viuio sano todo el tiempo de su imperio porque se affirma que biuio sin regimiento de medicos setenta y ocho año. Puso grande orden en moderar las carnecerias y panaderas, de tal suerte, que mando no vuiesse panaderas publicas, y daua gran exẽplo de templança, y moderacion en vanquetes solẽnes. Mandaua traer lo que le auia sobrado del dia antes, y dezia. Que la mitad del jaualin tenia todas las cosas que el entero. Pero por su excessiuo apetito de vino, por Tiberio fue llamado Biberio. Y dize se del que comiendo y beuiendo gasto

© Biblioteca Nacional de España
© Biblioteca Nacional de España

ſto vna noche y dos dias. Era ſobre manera comedor de pepinos y cohombros, y porende jamas le faltauan cada dia en inuierno y verano: porq̃ tenia hechos huertos colgados de pepinos y cohombros, y el dia que auia ſol ſacauanlos fuera: el dia lluuioſo o ñublado dentro de cueuas enxutas pueſtas en lo alto. Cierto cauallero Romano llamado Attico, del qual hizo mencion Iuuenal, diziendo. *Atticus eximie ſi cænat lautus habetur*. Fue en ſus comidas varõ polido y corteſano, y cõ mucha liberalidad cõbidaua a comer a todo genero y eſtado de gẽtes. Gaſtaua cada mes mil y dozientos Nũmos, q̃ a nueſtra extimaciõ ſerã treynta ducados. Segũ lo trae Budeo: por manera que gaſtaria cada dia vn eſcudo de los nueſtros, el qual gaſto es bien moderado cotejandole con los gaſtos de los Corteſanos de aora y con los gaſtos d muchos Eccleſiaſticos. Y cotejando le cõ los gaſtos de aquel ſiglo quando el viuia, en el qual auia tantos gallineros y tátas granjas de aues, que de ſolo el eſtiercol eſtercolauan los campos, y adonde auia tantas piſcinas que pareſcian mares podemos conjecturar que Athico Romano era caua-

cauallero magnifico y liberal con lo que tẽnia, que era mucho de muy abundantes riquezas. Empero no prodigo. Aquel nõbrado, Marco Craſſo intitulado rico, alcanço mucha templança y modeſtia, como lo dize Plutarcho. Eſte primeramente ſe crio en vna baxa caſa y con muy poca renta, y fue criado con otros dos hermanos ſuyos con muy poco y moderado gaſto. Eſtos hermanos ſiendo caſados con ſus mugeres en vida de ſus padres, todos comian juntos a vna meſa y viuiã en vna caſa. De eſte Craſſo ay cierto dicho notable porque como algunos ſe quexaſſen de ſu poca liberalidad y franqueza, dixo. Ninguno entre los Romanos deue pẽſar que poſſee poco ſuelo, como el tal ſuelo ſea baſtante para darle ſu ſuſtentamiento. Y eſto dixo lo, porque auia dado a cada vno quinze yugadas de tierras. Eſte Craſſo tenia por coſtumbre combidar de ordinario para cenar y para los combites la gẽte de en medio del pueblo. Cayo Caligula fue gran maeſtro de combites y cozineria y de hazer portajes e inuenciones de manjares de tal ſuerte que ſobre pujo en la arte de goloſina a todo genero de hombres

© Biblioteca Nacional de España
© Biblioteca Nacional de España

bres, solia tomar piedras preciosas y joyas de gran estima y derretialas en vinagre y soruia se las, y ponia en su mesa panes de oro y manjares dorados. Claudio Cesar comia siempre esplendidamente y tenia de ordinario muchos vanquetes y cenas muy sumptuosas, de las quales no se leuã taua hasta que se caya embriagado: porq̃ era muy apetitoso de todos generos de vinos y manjares. Era sobre manera muy goloso de aquel genero de jetas o hõgos q̃ se dezian boletos: en los quales le dio põçoña su muger Agrippinia, la qual pario veneno y ponçoña para el mundo, conuiene a saber, a Neron. Neron despues que fue electo en el imperio Romano llamo a los boletos manjar de los dioses: porque por causa dellos fue emperador. Este aunque tuuiesse hambre siempre desechaua los manjares ordinarios, porque estando con hambre muy vrgente menospreciaua el pan moreno y commun que le dauã, en lo qual fue muy differente de todos los principes antepassados los quales beuieron aguas sangrientas y encenagadas, y comieron pan negro. Empero cuenta se del por cosa de marauilla, que con ser tan desregla-

glado y tan destemplado en su comer en quatorze años no enfermo mas que tres vezes. Galba fue hõbre de mucho comer y acostumbraua comer antes que amanesciesse en inuierno: este paresçia ser digno del imperio: empero despues engaño. Vitellio repartia al dia su comida en quatro vezes, en almuerzo, comida, meriẽda, cena y para q̃ pudiesse con todas estas comidas, hazia vomitos de ordinario en comiẽdo. Lo qual tambien vso Claudio poniendose vna pluma con azeyte en el paladar y guarguero. La cena que dio su hermano a Vitellio, fue famosissima, en la qual fueron puestos dos mil pescados preciosissimos. Siete mil aues differẽtes. Comia lo q̃ le sobraua de otro dia, y hazia lo sacar ahumado y amedio asar del fuego. Fue este Vitellio de vna muy luxuriosa y suzia y derramada vida en todo genero de vicios. Mezclaua en vn gran plato los higos de los escaros, y sesos de faysanes y de papagallos y pauones, y los hueuos de las morenas, y lampreas. Aquesse plato fue de tan immensa magnitud que costo hazer cinco mil ducados, y para hazer le, hizieron en el campo vna gran fragua. Por este pla-

© Biblioteca Nacional de España
© Biblioteca Nacional de España

plato, Mutiano en su consulado vituperó las lagunas de los platos de Vitellio y dezia, que aquel plato de Vitellio fue tan suzio, y feo como el plato de Asprenato: con el qual (segũ que lo acusó Casio Seuero) mato a ciento y treynta combidados. Llamauan a aquella summa cena de Vitellio, Tripatino, porque auia en ella vn gran plato de Morenas, otro de Sollos, o de lupos, y otro de meros. Vespasiano era templado en sus comidas y cenas, para la cõseruaciõ de su sanidad en cada mes interponia vn dia de ayuno sin comer bocado en el. Tenian vso de beuer agua fria, y por ende padescia dolor de tripas. Era exemplo de costumbres en el detenimiẽto de los gastos, y vsaua en sus trages y comidas la costumbre antigua. Tito su hijo hazia vnos combites agradables y no superfluos. Domiciano su hermano mandaua quitar gran parte de las viñas y arrancarlas para que vuiesse tierra para sembrar: porque dezia que por la gran fertilidad de viñas auia poco pan, lo qual en algunas partes en nuestros tiempos acaece conuiene a saber, que por las muchas viñas no se siembra tanto como deuria: comia

mia de vna vez a hartura, empero en la cena no comia sino vna mançana, y vna pequeña vez de vino en vna ampolla pequeña. Solia combidar a menudo y largamẽte cerca de ponerse el sol: porq̃ no vuiesse lugar de comer mas aquel dia. Y si cometio algunos males, no fue por el vino, sino por su cruda condicion. Fue costumbre de los priacipes Romanos que sus hijos se asentassen a vna mesa modesta y templada cõ los nobles meços de su edad, comiendo de esta manera. Britannico fue muerto cõ veneno, segun que escriue Tacito. Seneca estando en aquella suprema potestad que tuuo, no se sustentaua sino de mançanas y de agua por euitar el veneno, tanto es el desseo y esperança de viuir, que muchas vezes quebranta los grandes animos. Plinio el segundo reprouaua y vituperaua a aquellos que en sus combites y bãquetes eran apocados y liberales, conuiene a saber, que para si y para algunos ponian en sus mesas lo mejor y lo mas escogido, y a todos los dẽmas lo desechado y vil, y gustãdo los vinos para poner los mejores para si y para sus principales amigos, y los vinos mas baxos a los mas pobres y menores.

© Biblioteca Nacional de España
© Biblioteca Nacional de España

Esta tal costumbre fue muy aborrescida de Catõ Censorino y de Plinio el dela natural historia, y mucho mas de Iulio Cesar el qual mando encadenar al despensero, porque le auia puesto vn pan para si y otro para los combidados, porque cierto es cosa muy fea, y de gente baxa y gualar los combibados en la mesa, y no en la comida. Por ende se escriue auer dicho Plinio el menor. No beuen mis criados lo q̃ yo beuo, mas antes yo beuo lo que mis criados, y combidados beuen: porque no pẽsaua ser cosa graue communicar su comida y beuida con todos los combidados: y que la contraria costumbre se deuia euitar, y quitar como cosa inurbana, y que era mejor dar vna comida tẽplada e y gual que no darla desigual: porque de esta manera no se ahorraua en los de mas si no baldon y murmuracion, pues el combite desigual, conuiene a saber, liberal para vnos, y apocado para otros, era muy torpe y de discordia, y es vna nueua amistad o cõpaña de superfluydad y apocamiẽto por que la superfluydad de manjares es gula, y torpeza. El apocamiento de los manjares viles es tambien vileza, luego todo jũto sera vna cosa torpissima, y de gran apocamiẽto. Luciano en el Dialogo de los Saturnales abomina de esta mala manera de combite y la escarnesce, porq̃ en aquellas fiestas de Saturno solian poner las delicadas comidas a los señores, y las viles y baxas, a los sieruos. Empero que hemos de detenernos en exagerar la virtud dela templança y modestia, pues todos los justos reyes y emperadores leemos auerla guardado y honrado. Especialmente Trajano, y Homero dezia, que el manjar de los Dioses no era sino vna cosa simple, cõuiene a saber la Ambrosia, y su beuida Nectar, para dar exemplo a los mortales que no coman sino cosas simples y pocas, pues escriue, que quando Agamenon combido a Nestor, y a Phenices, no les puso si no vaca assada. Y Menalao quando celebro las bodas de sus hijos no puso otra comida. Lo mismo dio Telemacho a comer a sus huespedes, y no sin causa lo escriue Homero, para dar exemplo de la modestia en el comer y beuer, y porque tambien es sentencia de medicos que la templança del beuer y comer es causa d sanidad y de tomar fuerça el cuerpo.

© Biblioteca Nacional de España
© Biblioteca Nacional de España

AVISO DE

Del almuerço, comida, merienda, y cena.

CAP. VII.

EEMOS que los antiguos repartieron la comida en quatro partes: en almuerço por la mañana, y comida a medio dia, y meriēda al poner del sol, y cena ala noche. Y aū algunos añadē los bocadillos q̄ los Romanos llamauā Comefaciō, los quales repartimiē tos ď comidas vsaō de ordinario los principes Romanos y ha se deriuado esta costū bre hasta aora entre los Christianos, de tal suerte que ansi pobres como ricos vsan todas estas comidas: lo qual no puedo referir sin verguença. Hypocrates refiere que en sus tiempos se vsaua comer al dia tres y quatro vezes, y que esta costū bre se deuia considerar en las enfermedades. Cornelio Celso dize, que al dia se deue comer dos vezes, y que es mejor que comer vna vez, y que se coma mas si mas se pudiere digerir. Platon por el contrario dezia, que era monstruosidad comer al

al dia mas que vna vez. Empero porque se dize cena, y porque comida, y porque merienda y almuerzo, no hallamos la razō: aunq̄ Ateneo en el libro de Dipnosophistas, explica en griego estos nombres. Festo y algunos gramaticos affirman que los antiguos llamauan cena a la comida de medio dia, que en latin se llama prandium. Y a lo que aora llamamos cena, dizian en aquel tiempo visperas. Como si dixessen comer sobre tarde. Empero segū Gellio, por la mayor parte hazia su principal comida sobre tarde, y a este llamarō cena, laqual costūbre se ha deriuada hasta aora entre nosotros. Empero no ay pequeña alteracion entre medicos, si la comida deua ser mayor que la cena, o al reues, porque vnos dizen, que se deue comer mas que cenar, y otros dizen que se deue cenar mas que comer. Galeno quiere que quando los mantenimientos son difficiles de digestion que se deue cenar mas que comer, porque como sobreuenga el sueño de toda la noche, mas perfectamente se digeriran. Aunque lo contrario se experimenta, porque communmē te experimentamos, que la cena grande

© Biblioteca Nacional de España
© Biblioteca Nacional de España

haze grã moleſtia al eſtomago, y por eſſo dize el conſejo Salernitano.

Vt ſis neſte leuis, ſit tibi cœna breuis. Con todo eſſo ay otra mejor diſtinction, ſegun el Conciliador, que quando el cuerpo eſta limpio de ſuperfluydades y crudezas que es mejor que la cena ſea mayor, y la comida menor, porque como el eſtomago no tenga otra obra, mas que dixerir la cena, tiene mucho eſpacio por toda la noche, y anſi la digerira muy bien. Empero como el eſpacio que ay de la comida a la cena ſea poco, no ſe podra hazer tambien la digeſtion de la comida otra coſa ſera ſi el cuerpo y eſtomago eſta repleto o con ſuperfluydades, porque en tal caſo mejor es que la comida ſea mayor mucho que la cena porque como la virtud aya de cozer y digerir la comida, y las crudezas y ſuperfluydades, ſera meneſter que no aya cena, o ya que la aya ſea muy poca porque la virtud tenga ſufficiente eſpacio para poder digerir la comida y ſuperfluydad del eſtomigo. Empero ſera mejor que cada vno guarde ſu coſtumbre en ſu comida y cena. Porende no tengo por acertado que los que ſe acoſtumbra

braron dende moços y ya varones a comer mucho que quando ſon viejos comã poco Aunque porque la virtud ſe ha deſflaquecido comã algo menos: pero no en mucha differencia, porque no ſe haga ſubita mutacion del mantenimiento copioſo al flaco y tenue.

Fin del primer libro.

© Biblioteca Nacional de España
© Biblioteca Nacional de España

LIBRO SEGVNDO DE AVISO de sanidad, que trata del pan y carnes, pescados, y cosas de leche y hueuos.

✠

CAPITVLO PRIMERO del trigo.

PORQVE para la conseruacion de la sanidad y alargamiento de los dias dela vida hazen tãto al caso, saber la qualidad, cantidad, ordẽ y manera de tomar los alimentos, que sin ello sea imposible que alguno naturalmente pueda conseruar se en su salud, y viuir luengo tiempo, por esso, mediante el fauor de Dios, sin el qual (como dize san Iuan) ninguna cosa es hecha determine componer este tratado, a honor y gloria de aquel eterno criador de las cosas, el qual es trino en personas y vno en essencia. Y primeramẽ

© Biblioteca Nacional de España
© Biblioteca Nacional de España

te tratare, del pan, pues es fundamẽto de todos los otros manjares, y porende se deue tener mucha cuenta con su bondad y malicia, porque como dize Galeno. Si el pan fuere malo, no solamẽte no haze pro necho empero es muy dañoso, y assi dixo Auicena, quando el pan no se digere, es grande su impedimento y daño, y por esso se ha primero de discutir qual deua de ser el trigo del qual se ha de hazer el pan porque no se venga en error, ni aya dubda en cosa tan baxa y tan necessaria. Y aunque de otras semillas se haga pan empero principalmente hemos de hazer mẽciõ del trigo como d̃ semilla mas perfecta y conuenible al cuerpo humano, del qual dize Aliabas, el trigo es el mas loable grano de todos, y mas cercano al medio temperamẽto, sino que declina vn poco a calor, y por esso es mas conuenible y mas loable nutrimento de los que se hazen de granos, y dixo mas que el trigo tiene excellẽcia sobre todas las otras semillas, porque es de mayor nutrimento, y mas loable, por la semejança que tiene en la templança y complexion de nuestro cuerpo, por lo qual ecmo dize Isac, el buen trigo

5. *De sanitate tuenda. 3. prim.*

5. *Teoric.*

go ha de tener cinco condiciones. La primera que sea espeso y pesado e difficil de partir, por defuera, de color de cera, y de dentro blanco, en superficie blando e luzio, del qual salga mucha harina e poco saluado. Porque el trigo desta manera haze mucho para la confortacion de los miembros, y para dar fuerça, e por el contrario el trigo q̃ fuere liuiano, raro e blanco, facil de partir, e aspero en la superficie, de poca harina e mucho saluado no es loable, ni bueno, esto en quanto ala primera condiciõ. La segunda cõdicion la qual es causa de la primera, es que el trigo sea de tierra seboſa e gruessa, porque de la tal tierra sale el trigo mas grueſſo, y d̃ mas peso y de mas nutrimento. Como por el cõtrario, el que es de tierra flaca, y esteril, y seca, es trigo, magro, e de poco peso, liuiano, e menos mantiene, como se ve en el trigo que es de tierra salitrosa, o salada. Ni tãpoco deue ser de cenagales o vmbrios, porque el tal trigo es de fria e humida naturaleza, y es causa, para multiplicar superfluydades, e por ser nascido en tales tierras, muy presto se enternesce e se hincha, e como sea assi blando e raro, presto se

© Biblioteca Nacional de España
© Biblioteca Nacional de España

se penetra de la frialdad del ayre, por donde su calor interior y natutal presto desfallesce lo qual es causa que lo mas sea saluado con poca harina. La tercera condicion es que el trigo no sea nueuo, ni antiguo o muy añejo, porque lo nueuo y de poco tiempo, es humido demasiado, por la reziente humidad q̃ tiene de la tierra, por lo qual es viscoso duro de digestion, y causa de ventosidades, y de ruydo en el vientre, y que segũ Isac causa dolor en el lado, e que presto se podresce y engẽdra lombrizes e gusanos en el cuerpo parescese claramente por su demasiada humidad, porque el pan hecho del tal trigo nueuo, muy presto hincha y engorda, aunque Dioscorides affirmo, el trigo nueuo ser mejor, pero engañose. Ni tampoco deue ser muy añejo, porque el tal trigo es seco demasiado y mantiene poco, y es duro de digestiõ por el mucho tiempo que consume y exala su humidad natural. Deue luego el trigo ser en el medio, ni muy añejo, ni muy nueuo, porque el tal trigo no tiene humidad superflua, y accidental, sino vna humidad moderada, ni mucha ni poca. Y el tal trigo muy bien mantiene, y presto se digie

digere. La quinta condiciõ es que sea limpio de neguilla, cẽteno, aruejas, como lo dixo Auicena diziendo. Conuiene que el trigo de que se haze el pan, sea limpio de cosas estrañas &c. El tal trigo que tiene estas cinco condiciones es el que es pesado, de color de cera, luzio, sano, puro, mediamente humido, empero hazese vna prueua para la bondad del trigo, y es: que si echado en remojo luego se hincha, y se pone ancho es señal que es muy bueno y escogido: empero si se hincha poco y tarde o no se hincha, es señal de ruyn trigo, y esta misma prueua se haze en todas las demas semillas y en las fructas. 3. primi cap. 7.

De las differencias del trigo, y de otras semillas: de las quales se haze pan.

CAP. II.

MVCHAS son las differencias, de trigos vsuales, conuiene asaber, el comun que absolutamente se dize en España trigo, como en la mancha de Castilla, y par-

© Biblioteca Nacional de España
© Biblioteca Nacional de España

particularmente Trechel. Este se piensa ser el Robus de Columella, y del que hezimos mencion en el capitulo precedẽte. Este tiene entre todos los trigos el primado en mantener mejor, y mas copiosamente, y con mayor firmeza: y es mas humedo que alguno otro. El segundo es, el que dezimos candeal, del qual se conficiona vn pan muy delicado y blãco para mesas de señores. Reputase por el siligo de los Latinos: y el olyra de los griegos. Empero si el siligo, y la olyra, sea vna misma cosa, o no ay muchas opiniones entre los authores. Finalmẽte, el cãdeal, aora sea la olyra aora el siligo, del se haze vn pã muy delicado y gustoso, q̃l dize el Galeno, q̃ se haze de la olyra. Pues dize de ella, q̃ despues del trechel tiene mucho primado, porq̃ se haze della muy buen pan, y de muy buen nutrimento. De lo qual se concluye, que nuestro candeal es la olyra del Galeno, y el siligo, de los otros authores. El tercero lugar tiene el trigo llamado chamorro en Castilla, tiene el postrero lugar entre los tres generos de trigos. Este genero de trigo se reputa por aquel que los antiguos Latinos llamarõ Tiphate: real no es tal en bon

bondad como el candeal, que se dize siligo, o olyra. Empero si el pan de este trigo fuuiere reciente con poco calor, haze ventaja al candeal. Empero en passando de dos dias es vn pan malo y pesado, buel ue se en el estomago como barro endurecido, causa pesadumbre. Y dize Aelio, que el pan de este trigo causa melancolia. En fin concluye el Galeno, que la Thypha, llamada entre nosotros trigo chamorro, es vn trigo debil, assi en su substancia, como en su color, y sabor. A este trigo se allega el q̃ llamã Trimestino, porq̃ viene en maduraciõ dẽtro de tres meses, despues de sembrado. Y no es d maravillar, pues tal trigo se coge en Sicilia, y en Frãcia. Los de Paris le llaman pan marcio, porque se siembra por el mes de Março. Eferinẽ Theophrasto, y Plinio, que en ciertas regiones viene a maduracion dentro de quarenta dias. Y he oydo dezir, que en ciertas partes de la India madura antes de tres meses. Quiere sembrarse en tierra delgada, y no temprano, porque no puede sufrir el mucho frio, por su fragil substãcia. Aunque nuestro trigo chamorro muy biẽ se siembra temprano y en tierra gruessa, por

© Biblioteca Nacional de España
© Biblioteca Nacional de España

porque ſembrado de eſte modo ſe multiplica anſi en numero, como en groſſura de grano. Y porẽde me pareſce que el trigo trimeſino no es del miſmo genero del llamado Thypha o chamorro. Haze ſe tãbien pan en las Serranias del centeno, llamado en latin ſecale: llama ſe cẽteno, porque communmente tiene la eſpiga tanto grano que pareſce tener cien granos, ſiẽbra ſe muy biẽ en ciertas partes de la Frãcia, a donde le llaman ſeglan. Cogeſe en mucha abundancia, puede ſe ſembrar en qualquiera tierra, aunque mejor en tierra delgada. El pan de eſta ſemilla cauſara en la gente hoigada cierta viſcoſidad entre las muelas, peſadumbre en los eſtomagos, digerir ſe ha con difficultad, cauſara oppilaciones en higado y baço, y piedra de riñones: porque del tal pan ſe cauſa vn humor melancholico liento, y grueſſo. Aunque ſegun eſcriue Campegio las mugeres que vſan comer pan de centeno, ſe hazen varoniles, y hermoſas de roſtro, como ſe vee en las montañas de Leon de Frãcia, adonde ſe coge muy bueno y en abundancia. La agua adonde ſe ha remojado el pã de centeno, refreſca mucho, y tiene vn poco

poco de azedia guſtoſa. Empero tiene vna gracia el pan de centeno que conſerua mucho las carnes. Y anſi communmente los paſteleros ponen en maſa de cẽteno carnes de corço, liebres, y terneras, y otras ſemejantes: porque ſe conſerua ſin corrupcion muchos dias. Conficionaſe tambien pan de mijo, empero como ſea de ruyn ſabor, y de mal nutrimento, y ſolamente para en tiempo de hambre, no ay para que tratar del. Aunque dize Columella, que ſi el pan de mijo ſe come antes que ſe reſfrie, es guſtoſo, y ſe come ſin haſtio, y que comido con leche es guſtoſo, y no dañoſo. Comen puchas de harina de mijo en Polonia. y en Campania, y en la Etiopia. Celſo dize, que eſta puche detiene las camaras. Paulo dize, que el mijo es frio y ſeco, y que mantiene poco, multiplicaſe tanto que de vn grano naſcen tres quartillos, y que ſe deue ſembrar en lugares vmbrios, y en barriales. Del panizo no ay q̃ tratar pues es de peor nutrimẽto que el mijo, digiereſe con difficultad, cauſa ventoſidades, eſtriñe el vientre, reſfria y deſeca, no tiene guſto. Empero ſi ſe come con leche pierde eſtos daños, y tambiẽ

Mijo y panizo detienen la camaras.

© Biblioteca Nacional de España
© Biblioteca Nacional de España

con caldo gordo de carnes. Comese en algunas partes de Frãcia, y de Gascuña, y de Campania. Y si el, o el mijo, se frien en vna sarten, detienen marauillosamente las camaras.

Que condiciones deue tener la buena harina, para que el pan salga bueno.

CAP. III.

LA harina del trigo aunque sea muy bueno no sera encomendado para la conseruacion de la sanidad del cuerpo humano, si no estuuiere perfetamẽte molida y no remolida, como lo suelẽ hazer algũos molineros: los q̃les muelẽ el saluado hasta q̃ salga tanta harina, quanta hurtaron de lo escogido, por lo qual la harina sale mas negra y peor, y muy periudicial a la salud, por la mucha cantidad de subtil saluado que tiene mezclado, de la qual harina no se puede confeccionar sino vn pã lleno de saluado remolido, que con mucha presteza y velocidad desciende del estomago a

los intestinos o tripas como lo dize Auicena, pues como dize Isac, la naturaleza de la corteza del trigo, que es el saluado, es caliente y seca y q̃ presto se cuela y es mas abstersiua o mundificatiua, que la harina, pero el mantenimiento suyo es muy poco y muy malo, porque el pan de saluados engendra melancolia, como lo testifica Auicena en los canticos. Lo mismo afirma Rasis diziẽdo, el pan que tiene mucho saluado, no para en el estomago, y es de poco mantenimiento, lo contrario es del pan que tiene poco saluado, y mas abaxo por authoridad de Rufo dize. El pan quãto es mas puro mas engendra buẽ humor, sino que es tardo en descendir, empero el pan que no es puro, y no esta bien limpio, y es de mucho saluado, engendra mal humor, y es facil para descendir a las tripas, y por esso la harina no deue ser remolida o demasiadamente molida, sino sufficientemente, para que den mas cortezas gruessas, las quales no puedan colar juntamente con la harina, quando se cierne con cedaço. Pues como dize Isac en el lugar arriba acotado, la harina molida pfectamẽte limpia de saluado y acemite, es mejor para

Tertia prima cap. ut sup.

Partic. dietis. Text. 130. Lib. 21. comme. cap. 8.

Isac dietis universal.

© Biblioteca Nacional de España
© Biblioteca Nacional de España

ra ser digerida, o commutada en el estomago, y mas facil para la distribuciõ por todas las venas y cuerpo, y para la nutriciõ de todo el cuerpo. Pero la harina que no es anſi tan bien molida tiene todas las propriedades cõtrarias, y como dize Auicena e Rufo, El pan quanto es de harina mas pura e limpia, tanto es de mas nutrimento, aunque es mas difficil para hazer camara, e mas difficil de colar. Por lo qual como tambien Galeno lo affirma e prueua, el pan conficionado de harina pura es de mas presta digestiõ, por estar muy limpia de saluados e acemite: cierto el saluado e acemite no pueden recebir digestiõ, y esta es la causa porque el pan de harina pura es tardia para el descenso, porque el saluado e acemite son causa que el pan sea facil para colar e descendir. Por lo qual se saca por cõclusion. Que la harina deue ser pura limpia y suficiẽtemẽte molida, y esta es la primera y mas principal y requisita condicion para que la harina sea perfecta. La segunda condicion es que la harina no sea reziẽ molida ni guardada por mucho tiempo, pero que sea mediana entre ellas porque como dize Isac la harina reziẽ

Particula. diet.

© Biblioteca Nacional de España

rezien molida y rezien salida del molino calieta el cuerpo, y aprieta el vientre, cierto adquiere de la continua reuoluciõ del molino, encendimiento y calor, por lo ql calienta demasiadamente, el estomago, y desseca la humidad de la camara. Pero la harina que ha mucho que se saco del molino escalienta el higado, y presto se va por camara, pues luego la harina que no es rezien salida del molino, ni mucho tiempo guardada es moderada en todo, la tal harina amassada, con leuadura y sal, es buena para que della se haga buen pan. Dexo de traer a la memoria quanto haze al caso para que la harina salga perfecta que el cedaço sea espesso, y no raro, porq̃ por el raro sale juntamente con la harina mucha copia de saluado o de acemite: por lo qual se buelue dura de digestion, y melancholica. Empero la harina que sale por cedaço espesso quiero dezir, de agujeritos muy pequeños, es apto para pã muy delicado y suaue para mesas de señores por la misma razon haze mucho al caso para la bondad de la harina que se muela en rueda de piedra muy dura y firme, por que si fuere de piedra blanda y tierna, la

© Biblioteca Nacional de España

go se desmorona, y porende, sus pedacitos se mezclan con la harina y quitan la gracia y la sanidad de la harina: dañan las muelas y dientes: son causa de piedra de riñones y vexiga. Empero la harina que se haze de los molinos de viẽto es la mas aprouada de todas. Tal se prueua ser aquellas tierras adonde por falta de agua se hazen los tales molinos, como en muchas partes de la Mancha de Castilla. Y aun en Paris a lomenos en sus arrabales, y caserias y en Flandes. Empero la harina delas atahonas no es buena, por que es mal molida, y no se desmenuza sufficientemente, por lo qual se haze indigestible. Porende no es pequeño el detrimento y daño que se haze en el pã, por que si no se haze de la harina que tenga todas estas condiciones sino que falte en las mas sera causa de muchas y varias enfermedades, y de pestilencia que sin sentir suele acometer. En fin de males y dolores, de hijada, riñones, y de subitas dolencias.

En el qual se pone como se deuia conficionar el pan para que salga bueno, y con que cosas se deue mezclar.

CAP.

CAP. IIII.

TRES cosas son necessarias principalmente para que se conficione el pan conseruatiuo de la sanidad. La primera es que ninguna cosa se dexe de mezclar con el, de las que suelen, conuiene a saber, agua, sal, leuadura, en conueniible cantidad, como lo affirma Auerroes diziendo, quando el pã se conficiona ha se de echar conueniible cantidad de sal, y ha se de configir con mucha agua para que salga espongioso. Y deue ser sazonado con sufficiente cantidad de leuadura, puso la causa diziendo. Que el pan Azimo, quiere dezir sin leuadura, es gruesso, y viscoso. Por la misma causa no es bueno el que tiene demasiada leuadura, porque se trasmuta y buelue en humores corruptos, y podridos, por el calor estraño engendrado de la leuadura. Por lo qual la cantidad de la leuadura y sal, deue ser moderada: cierto el pan de mucha sal y leuadura, mantiene poco, y no conforta, empero la sal moderada, desseca la humedad, y

5. Colli. cap. de cõplixione ciborum.

© Biblioteca Nacional de España
© Biblioteca Nacional de España

la leuadura moderada es causa de mas perfecta mistion. Lo mismo dixo Galeno cõ estas palabras, el pan conuenible no deue estar sin sal, mas empero ha de tener assaz de sal, y de leuadura y deue ser diligentemente cozido. La causa porque se echa en el pan leuadura, segun dize Auerroes, es porque se haze mas hueco, y espongioso, y para que predomine en el el elemento del ayre, y se haga mas facil de digestiõ porque la sustancia del ayre es mas facil, y mas leue, para la trasmutacion, y para la digestion. Aristoteles dize, que por esso se echa sal en el pan, porq̃ deseca y consume la humidad superflua, y assi los panes salados se preseruã mas d̃ corruciõ pues la humidad es causa d̃ putrefactiõ. Y despues de otras cosas muchas q̃ puso, dixo, q̃ en los panes sin sal se esta queda la humidad aguanosa y superflua, y no se euapora por q̃ no tiene sal q̃ cõsuma aquella humedad, y por esta causa los panes se hazen mas pesados. Y assi los panaderos no salan ni cuezen sufficientemente el pan por que pese mas, para que venga al peso del fiel. Pues luego haga se el pã de agua, leuadura, sal, y harina, y no con azeyte, ni con otras

5. de sanitate tuenda.

Ibidem.

5. Probl. 12.

cosas desta manera, porq̃ el pan amassado con azeyte es malo, pues al tiempo del cozer se frie y requema el azeyte, y el pã se va a naturaleza d̃ alcreuite, como lo affirma Auerroes, y Aliabas. El segundo erquisito es, q̃ la massa se hiña y dome mucho, para que el pan se haga mas facil de digestion, por lo qual inquiere Aristoteles, que es la causa, que quanto mas la massa se hiñe o mas se amassa mas se buelue pegajosa, y con mas difficultad se desase. Empero el pan configido de esta massa mas presto se parte y desmorona, la causa es porque quanto mas la pasta del pan se amasa, mas se buelue viscosa y pegajosa, pero quando se cueze de todas partes sufficiente e y gualmente quita se y consume se su humidad, q̃ la pegajosa, por lo qual quitada la tal humidad viscosa, es muy facil de partir y diuidirse en muchas partes, miẽtras mas fuere amassado mucho mas. Porende el tal pã sera mejor, porque miẽtras mas se desmorona, o mas se desmenuza en la boca, muy mas presto se digere en el estomago: y assi dixo Aristoteles. *Oportet enim quod debet digeri, diuidi in minima.* Quiere dezir, cõuiene que lo que se ha de digerir

5. coliget Theor. 5 capit. 15. 21. prob. 7.

Ibidem.

© Biblioteca Nacional de España
© Biblioteca Nacional de España

rir, se diuida en muchas partes. El tercero requisito para que el pan sea bueno a la salud es, que no sean los panes muy chicos, ni muy grandes, sino moderados porque como dize Isaac, en las particulares dietas. El pan chico y delgado muy presto es penetrado del fuego, por lo qual su humidad substancial presto se consume, de donde viene que mantenga poco, e sea de difficil distribucion, e estriña y aprieta el viẽtre: especial si ha dos o tres dias que se cozio, Tampoco los panes grandes en demasia son loables, porque el pan grande tiene mucha migua, e subtil corteza, epor q̃ la migua es gruessa e viscosa e humida engendra humores gruessos, e ventosidades: por lo qual el tal pan mantiene poco es duro de digestion, e despierta la humedad de la digestion y facilmente relaxa el vientre. Empero si se digere, da mucho nutrimento. Por lo qual los panes que fueren ni chicos ni grandes, si no moderados, ternan sus operaciones moderadas entre las de los grandes y pequeños. Porque ni mantendran demasiado, ni diminutamente.

Isac dietis parti.

CAP.

© Biblioteca Nacional de España

Como se deue cozer el pan, y que daños trayga el pã sin leuadura, o que no este sufficientemente cozido.

CAP. V.

Como aya muchas maneras de cozer el pan, y alguna manera dellas sea para causar enfermedad, por esso affirmemos cõ Galeno q̃ los panes assados sobre parrillas, o en rescoldo, quiero dezir, en ceniza caliente o sobre las losas ardiẽtes del fuego, todos son malos, en especial los panes llamados, subcenericos, q̃ son cozidos de baxo de ceniza, y estos son muy peores porque la ceniza les añade malicia, y por esso dixo Isac en las particulares dietas. El pan cozido debaxo de cobertera es el peor, porq̃ el fuego obra en vna parte sola del pan, a la otra parte se queda cruda, viscosa, gruessa, dura de digestion, y si se come el tal pan despues de mucho tiempo, causa ventosidad y dolor en el lado El peor de todos es el cozido

1. De *alimẽtorũ facul. cap. de tritico.*

© Biblioteca Nacional de España

do debaxo de carbones, reſcoldo vivo, porque el tal pan muy preſto ſe cueze por encima empero por de dentro queda crudo, y grueſſo y viſcoſo, y mezclaſe con el mucha ceniza y tierra, mayormente ſi la leña fue blanda, que ſe encendio preſto, porque del tal pan ſe cauſaran ventoſidades, y peſadumbre en los riñones, e ijares, y obſcuridad en la viſta. Por lo qual digamos con Auicena, que el pan ſe deue cozer en horno, y no ſe ha de cozer a qual quier fuego, ſino al manſo y tẽplado por que el mucho fuego deſſeca y endureſce al pan por de fuera, pero la migua no queda bien cozida, porque la corteza endureſcida no dexa que el fuego penetre adẽtro Por lo qual el tal pan por dos razones ſe deue vituperar, o porque la cortezaes dura, que no da nutrimento por ſu encendimiento, o porque la migua es grueſſa y viſcoſa, y poreſſo anſi la corteza como la migua no ſe puede digerir, y engendra diuerſos y malos humores, cierto la dureza de la corteza y ſu intenſa ſequedad, engendra ſangre muy ſeca, y aprieta el vientre, y la viſcoſidad y groſeza de la miga engendra humores grueſſos y flematicos

13 tercii cap. 29.

cos y ayuda para deſemboluer el vientre. Ni mas ni menos ſi el fuego fuere muy debil y flaco no cueze el pan perfectamente porque por ſu poca actiuidad no penetra adentro, y aſsi el pã queda crudo y lento. Por lo q̃l ſe ha de detener enel fuego, porque ſi ſe ſaca antes que ſe cueza quedara viſcoſo y pegajoſo como engrudo y difficil de digerir, y ſi ſe queda haſta q̃ ſe acabe d̃ cozer hazerſeha duro, ſeco, difficil d̃ digerir, y eſtiptico. Pues luego el pã d̃ los delicados y ſoſſegados, es el cozido a mãſo, y moderado fuego y gualmente, porq̃ el pan viſcoſo y grueſſo no conuiene ſino para gente robuſta y exercitada y de fuerte calor, que lo pueda digerir, y en eſtos tales es de mucho nutrimento. Empero en la gente poco exercitada y holgada el tal pan ſe digere con difficultad, y deſcie̅ de tarde del eſtomago a las tripas y haze dolor en el vientre y opilacion en el higado y piedra en los riñones: como lo dixo Aliabas y Raſis. Quien come el pan ſin leuadura cayra en enfermedades de grueſſos humores, porque el pan ſin leuadura es grueſſo y viſcoſo y finalmente todos conuienen eſpecialmente Galeno, que el pan

3. Aliabas. forcin.

1. Alimento rum.

pan sin leuadura, es muy malo, y que tiene facultad de opilar y engendrar ventosidades y crudezas, por lo qual los buñuelos y hojuelas, y otras cosas de fruta de sarten, son muy dañosas, opilatiuas, especial en viejos si no se comen con mucha miel como lo dixo Galeno. En fin todas aquellas cõposturas que se hazen de hueuos, manteca, leche, harina, que en latin se dizen, placentæ, y tortadas de piñones, nuezes, auellanas, confiçionadas con azeyte, y otras muchas cosas hechas de massa sin leuadura, de diuersas figuras, todas engendran gruessos humores: estriñen el vientre aunque las que dellas lleuan açucar no tienen tanto daño.

Gale. y de sanitate tuẽd.

Qual sea el mejor y mas escogido pan, y de sus utilidades y prouechos.

CAP. VI.

NO faltara quien piense y diga que como el pan tenga todas las condiciones, que arriba dixim os, que no le falta nada para ser bueno, pero engañase seya, porq̃ porque el pan duro y dessecado, o el caliẽte rezien sacado del horno, puede tener todas estas condiciones, y no es loable ni bueno. Porque si el pan es cozido de dias, esta seco y duro y liuiano, pues se ha exalado su humidad viscosa que le hazia pesado, y por su sequedad trae sed, y se detiene demasiado en el estomago, y tarde se digere, y estriñe y aprieta el estomago. Como lo dize Auicena, empero si fuere caliẽte, rezie sacado del horno, es peor que ninguno porque como dize Aliabas. *Haliabas.* 5
El pan caliente rezien sacado del fuego, *Theor.c.* 15
es peor que todos, porque se detiene mucho en el estomago, y causa sequia. Y como dize Rasis, el pã caliente tiene mucho calor accidental y humidad vaporosa. Por el calor accidẽtal se causa sequia, por la hu 21. *Continemidad vaporosa, nada sobre el estomago. tis. cap.* 28.
Finalmente el pan caliente del horno, es duro de digestion y ventoso, humido de masido, tardo en descendir a las tripas, como muy bien lo dixo Isac. Pues luego para que sea vtil y prouechoso, ha de auer *Isac diet.* passado por el vn dia, o halo mas largo *par.* dos, cierto este tal pan tiene assi dedẽtro como fuera, vna frialdad templada y no

es

© Biblioteca Nacional de España
© Biblioteca Nacional de España

es muy grueſſo ni viſcoſo, ſera muy principal nutrimẽto de nueſtro cuerpo, pues naturalmente es ſemejante a nueſtra complexion, y templança: como ſea caliente en ſegundo grado. Lo qual ſe demueſtra claramente, por eſta razon. Porque como dize Itac, y ſegun es comun y aueriguada ſentencia de todos. El trigo es caliente en primero grado, ſegun ſu natural ſubſtancia, y templado en humedad y ſequedad, porende ſe ſigue que el pan que ſe haze del, es caliente en ſegundo grado, pues adquiere del fuego adonde ſe cozio, y de la ſal, y leuadura, vn grado mas de calor. Finalmente el buen pan, como lo dize Galeno, ha de ſer cozido en horno, y deue ſer de harina ſin ſaluados, cozido con curioſidad, y que tenga ſufficiente cantidad de ſal, y de leuadura, eſte tal pan tiene todos eſtos prouechos que ſe digerira bien en el eſtomago, y engendrara muy pura y clara ſangre. Y porende confortara la obra de la naturaleza, y ſera muy vtil a los que viuen en regalo y ocio, y a los que tienen flaca la virtud digeſtiua del eſtomago, y a los viejos y conualeſcientes de enfermedad. Y deue ſe aduertir, q̃ ſe ha de comer ſuffi-

1. De alimẽ.

ſufficientemente pan con los de mas manjares, porque ſe experimenta, que el que come manjares ſin pan le huele mal el haliento. Yo vi a vn hombre de mucha doctrina y erudicion que comia muchas carnes ſin pan y le vino ha oler el aliẽto muy mal. Y muchos hemos conoſcido comer peſcados, hueuos, y queſo, dende ſu mocedad ſin pan. Y Campegio cuenta que vna donzella ſolamente ſe ſuſtentaua de ſuero de leche, y ſi acaſo echauan en el alguna miga de pã, luego tenia aſcos en el eſtomago y en haſtio. Empero no vſar pan en ſus comidas, es de gente fiera y barbara: porque qual puede ſer la vida de los que no comen pan? Y porende deueſe tener gran cuydado en el cozer y preparar el pan. Antiguamente en Roma las mugeres de los ſenadores y conſules ellas miſmas maſauan y cozian el pan que ellas y ſus mãridos auian de comer, y no lo tenian por deſden. Y aun los miſmos Quirites, que eran los caualleros Romanos. Porque ſegun cuenta Plutarcho, la muger de Caton lo hazia, y no penſaua por eſſo q̃ caya de ſu dignidad. Dixe antiguamente, porque deſpues que los Romanos tomaron

K por

© Biblioteca Nacional de España
© Biblioteca Nacional de España

por mugeres a las sabinas, luego dexaron este bueno y salutifero vso, y empeçaron a dexarlo en manos de esclauos y esclauas que hiñessen, y coziessen el pan y guisassen los manjares, y como viessen, quan mal salie el pan de sus manos, y quã malos guisados, porque quien esperara buen guisado, y buen pan de los esclauos aherrojados de pies, y de manos, y herrados en las caras? por lo qual luego empeço el vso de auer panaderos publicos y cozineros, y pasteleros.

En que se pone que carnes sean cõuenibles para nuestro cuerpo.

CAP. VII.

2. *Dealimẽto. facu. Virgil. 1. Georgic.*

NTiguamente como diximos y escriue Galeno: los hombres eran contentos con sola la comida de Castañas y vellotas, y ansi Virgilio en el primero de las Georgicas, inuocando y dãdo gracias a Bacco, y Ceres, porque el vno fue inuentor del vino, y el otro del pan, dixo.

Vestro

Vestro si munere tellus.
Chaoniam pingui glandem mutauit aristã.

Quiso dezir o vosotros Bacco y Ceres muy claras lumbreras del mundo, que cõ vuestros dones de vino y pan, la tierra de fecho y mudo el vso de vellotas y castañas, dando por ellas gruessas espigas de trigo. Empero aora en nuestra edad no solamente son contentos con las fructas cãpestres, mas ni aun tampoco con los manjares domesticos y delicadissimos, y muchos, por lo qual no contẽtos con el muy bueno y escogido pan, inuentaron para gula diuersos generos de carnes y animales. Lo qual pẽsamos q̃ tuuo comiẽço de muy sabios varones, no por satisfazer a la gula sino porq̃ el cuerpo humano tomasse nutrimẽto conuenible, y proporcional a sus miembros, pues por conjectura racional, hallaron y conocieron que con mas facilidad se hazia carne de carne, que no de otro qualquier manjar. Lo qual como hallassen por experiencia, hallaron por verdad, que de la comida de carne se sigue gran confortacion para el cuerpo. Pues como lo dize el Cõciliador. La carne es vna cosa corporea, caliente, humeda y

© Biblioteca Nacional de España
© Biblioteca Nacional de España

blanda engendrada, de la sangre, y poren de no sin causa es mantenimiento confortatiuo de los miembros, y cercano para se conuertir en sangre y nutrimento. Pues como dizen Auicena, y Rasis. Sobre todos los mantenimientos mantiene la carne con mayor firmeza, y por esso engorda y esfuerça, y el mismo Rasis dixo en otra parte. Quando la carne biẽ se dixiere, haze buena sangre, y conuenible, especialmente si es de buenos animales, como es carne de puerquezuelos de vn año, y otras. Digamos pues que en el comer delas carnes se ha de poner mucha diligencia, para que qualquiera sepa escoger las carnes conuenibles para su salud, porque de las otras carnes, o nunca, o raras vezes se deue vsar, pues no todas las carnes son cõuenibles para la salud, sino solamente aquellas que mantienen nuestros cuerpos y que son mas semejantes y propinquas, a nuestra naturaleza, como son las carnes de puercos, de carneros, de cabritos, y otras de esta manera. Assi lo dize Isac en las vniuersales dietas. Empero la carne de los erizos, zorras, liebres, y otras carnes deste jaez, no son semejãtes a nuestra na

Cani. 2 Ter. ad almã. c. 9

Lib. 23 cõti. cap. 73.

Isac de uniuersalibus. cap. 13

naturaleza. Mas antes el nutrimento de llas es muy malo y pessimo, lo qual se paresce por su graue olor, y como casi vn hedor, y por esso son carnes muy differentes de nuestra humana complexion. Pues como dize Rasis, las carnes q̃ tienen mal olor, engendran sangre muy peor, y por esso no se deuen comer en manera alguna. Por lo qual las tales carnes se deuen desechar de todos, y algunos (como son los q̃ se exercitã fuertemẽte) deuẽ dexar las carnes subtiles y delicadas aunq̃ seã loables. Ni tãpoco algunos, como son los regalados, y holgados, deuẽ comer las carnes gruessas y bastas, porq̃ son difficiles de digestiõ como lo dixo Rasis en el mismo lugar: la carne gruessa es conuenible a los que mucho trabajan, la delicada y subtil a los que huelgan y viuen regaladamente. Empero quales sean las carnes delicadas y subtiles, quales las gruessas y bastas, Auicena lo testifica, diziendo carnes subtiles delicadas de facil digestiõ, son las de cabrito, gallina, perdiz, zorzal, que no sean en demasia gordas. Empero las carnes gruessas, son higado coraçon baço y riñones, e intestinos y quajar de qualquier animal, y

3. Ad almã. cap. 9

Lib. 14. tra. 3. cap. 21.

© Biblioteca Nacional de España
© Biblioteca Nacional de España

carnes de cabras, de vaca, de venado de qualquier animal viejo. Fuera de esto es necessaria la consideracion de muchas cosas, de parte de los animales de que pensamos viar para nuestra comida, conuiene a saber si los tales animales son caseros, o brauos del cāpo, y si las carnes de los del campo son mejores que las delos domesticos, y de estos si son mejores los q̄ se crian enel campo, o los que se crian en casa. Y ni mas ni menos, si los machos son mejores que las hembras y los castrados mejores que los no castrados. O al contrario, de parte de la edad, si los de leche y mas tiernos son mejores y mas sanos, que los que son de mas edad o viejos. Y de parte de la corpulencia si seran mejores los gruessos, que los magros, o los medios, o si se deuen comer assados o cozidos. Y finalmente si las aues que buelan son mejores, que las que no buelan, y que los animales de quatro pies. Y quanto deuen estar muertas antes que se coman: Y finalmente que miēbros dellos sean mejores para comer, y que miembros no sean tales, diremos lo todo esto por sus capitulos, para que todos sepan discernir, lo saludable, de lo dañoso

ñoso para la conseruacion de su salud.

Si sea mejor la carne del animal domestico, que del montes o al contrario.

CAP. VIII.

OR muchas razones son mejores las carnes de los animales domesticos, que no la de los brauos y montes como lo quiso Aliabas, diziendo: la carne de los animales mōtes es peor porque engendra sangre melancolica y gruessa, y dixo Isac en las vniuersales dictas. Los animales domesticos son mas sabrosos y de mas nutrimento que no los montes, sacando las cabras montes, porque tienē menos calor y mas humidad q̄ todos los demas animales montes, y por esso son mas loables, y mas abaxo dixo. Affirman los antiguos, que los animales domesticos accidentalmente para mātener poco y los montes accidentalmente para mantener mucho, porque los animales domesticos aunque substancialmente de su natura-

5. Theoric. cap. 21. Isac. Diuni. cap. 13

© Biblioteca Nacional de España
© Biblioteca Nacional de España

turaleza mantienen mucho, pero porque por su delicadez y ternura se resuelven y exhalan presto del calor delos miembros siempre desmẽguan y vazian mas que hinchen, y assi el que come de ellos, siempre busca otro manjar para cumplir y satisfazer a los miembros. Empero los montesses, aunque de su substancia natural mantienen poco, pero porque son difficiles y tardos de se resoluer del calor delos miẽbros, por esso satisfazen a los miembros, de suerte que quien los come, no busca otro manjar para satisfazer. Y por esso dixeron los antiguos, que las carnes montesses son de mayor nutrimento. Pues luego tengamos esta conclusion, que las carnes montesses, son buenas para confortar los miembros, las caseras y domesticas son buenas para la conseruacion de la salud. La razon es, porque como el mismo lo assigno, los animales domesticos en comparacion de los montesses, tienen calor y sequedad mas templada por causa de la Tẽplança del ayre. Y porq̃ tienen mas ocio, y sossiego, y por esso son sus carnes mas loables y de mas nutrimento. Finalmẽte (como lo dize Galeno.) Todos los animales

les que se apacientan en los montes, son mas calientes y secos. Y el mismo dixo en otra parte. Los animales domesticos, son mas humedos que los montesses, assi por la humedad del ayre en que viuẽ, como por la vida occiosa y sossegada que tienen. Pero que diremos a lo que el mismo Galeno dize en el mismo lugar mas abaxo adonde dize, hablando de la carne de los animales montesses. *Obidque pluribus diebus quam domesticorum imputris seruatur caro, alimentumque exhibet minus excrementicium co quod a domesticis sumitur, ac proinde & nutrit ualentius & succum gignit meliorem.* Pues dize, q̃ por esso la carne de los animales mõteses o siluestres, se conserua mas dias sin corrõperse, que la de los domesticos, conuiene a saber, porque es mas seca y calida, y que por ende es su mantenimiẽto de menos superfluydades, y de mejor mantenimiento, q̃ no la delos domesticos. A loqual hemos de responder, q̃ Galeno no alaba en aquel lugar la carne de los animales montesses, comparandola con la de los domesticos absolutamente, si no comparãdola con la carne de los domesticos, que secrian sin exercicio, y sin trabajo, pues esta claro y mani-

Gale. lib. de attenuãte uict. & 3. de alimẽt. c. 13

© Biblioteca Nacional de España
© Biblioteca Nacional de España

manifiesto, que la carne delos tales animales ansi mantenidos, es mucho peor que la de los monteses. Pero cõ todo esso esta auerigуado que la carne de los monteses no se deue aprouar por buena, lo qual paresce ser assi, pues dize Isac. Qualesquier animales criados y nascidos en lugares calientes, y secos, son mas calientes y secos, y mas prestos para vnirse y asemejarse a los miembros, pero son mas duros y difficiles de digerir y penetrar pòr el cuerpo, por lo qual son vituperales, porque la carne delos tales animales engendra mãtenimiento duro y seco. Y mas abaxo dixo. Todos los animales monteses son dessabridos, y no mantienen tambien como la delos domesticos, excepto las delas cabras monteses. Y el mismo dixo en las particulares dietas. Los animales monteses son mas calientes y secos, y mas difficiles de digestion, y que engendran mantenimiento malo, por su mucho mouimiento, y trabajo, y por el mucho calor y sequedad del ayre, o puesto al sol y sin sombra Por lo qual son de poco nutrimẽto en cãtidad y qualidad. De esto se saca por conclusion, que las carnes de los domesticos son

son mas aprouadas para la conseruacion de sanidad, y que adonde ay copia de animales domesticos siempre han de ser preferidos a los monteses y brauos, aunque los monteses dan mas fuerça al cuerpo.

En el qual se demuestra, qual sea mejor carne, la de los animales domesticos que se crian de continuo en casa, o la de los domesticos que se crian en el campo.

CAP. IX.

Conuiene en los animales q̃ naturalmẽte son criados para el nutrimẽto del hombre, cõsiderar los lugares en que habitan, y los pastos que comen, y el ayre en que respiran, y si huelgã o trabajan mucho. Cerca de las quales cosas no se ha de tener poca cuenta, ni poca diligencia, si quisieremos conseruar la sanidad, porque de estas cosas suele hazerse en los animales de vna misma especie, buena, o mala carne. Porque aquellos animales q̃ se criã dentro en casa en lugares quietos, cõ superabundante ceuo, no son aprouados, pues dize Isac. Los animales *Isaci bibl.*

© Biblioteca Nacional de España
© Biblioteca Nacional de España

les que se criã dentro de las casas y aposta y a mission puesta se engordan, tienen las carnes mas viscosas y mas gruessas, por lo mucho que comen, y por la grosezа y corrupcion de su ceuo, por ende se digeren con difficultad y tardança, y son duras para el estomago, y higado. Empero si empiçan a tomar digestion mantienen mucho, y confortan los miembros, aunque raras vezes acontece que se digeran, porque todos los animales que no estan vsados al exercicio, tiene y allegan en sus cuerpos muchas superfluydades, como muy bien lo dixo Galeno, en diuersos lugares, alfin concluye. Que las palomas que viuẽ en las torres, son mejores que las que viuen en las casas. Y por la misma razon el puerco montes, o jaualin es mejor que el puerco casero, y añade que vniuersalmẽte aquellos animales de comer q̃ se exercitan y que vsan de pastos secos y enxutos y que respiran en ayres subtiles son mejores que los q̃ no se exercitan, y que los q̃ vsan pastos humidos, y que los que respiran en ayres gruessos. Traense por exemplo los puercos caseros, los quales tienẽ carne de mayor nutrimento, y mas copioso q̃ quãtos animales ay, empero tras esto tienen en si mucha superfluydad viscosa, ansi por el mucho ocio, como por el copioso mantenimiento del pasto humido, delo qual se deue mucho guardar el que procura mantenimiento delicado. De aquestos dichos del Galeno parece q̃ saco Isac lo q̃ dixo en las particulares dietas, guarden se los hombres de comer animales montẽses que viuen en holgança, sin exercicio, y mucho mas de los domesticos o caseros, que tampoco se exercitan. Y luego pone la razon diziendo, porque en los animales de comer que estan acostũbrados a hõlgança y deleytes conuenibles ay poquito calor y mucha copia de humores frios, y superfluos los quales hazẽ que falte el calor ahogando lo como con el mucho azeyte se ahoga la lumbre del candil. Añadese les tambie malicia en sus carnes de los caseros porque como estan assi detenidos por ventura no comen el pasto conueniblea sus complexiones, como si estuuiessen en los prados o dehesas adonde hallarian su proprio nutrimento. Y tambien por esta razõ son sus carnes vituperables, y esse paresce r no es nuestro, sino de Isac

Ad glau. 2. Gale. & lib. de attenu. ui & ustratione

Isac par. dieta ca. de pecudibus.

enel

© Biblioteca Nacional de España
© Biblioteca Nacional de España

en el libro de las vniuersales dietas: Adonde dize, todos los animales que hallã el pasto conuenible a su complexion de donde se hartan, tienen mas sabrosa y loable carne, que los que no hallã, quales son los domesticos y caseros. Pero qual deua ser el pasto apropriado para ellos, mas abaxo lo declara diziendo. Los animales que se apascientan de pequeñas y muy menudas y eruas, son mas loables en su carne dende el principio del verano hasta el medio del estio, porque en estos tiempos hallan su apropriado y conuenible pasto. Por lo qual en los tales tiempos son sus carnes mas tiernas y mas gordas y de mejor mantenimiento. Y despues dixo, los Animales que pacẽ las extremidades, de los ramos, tienen mejor y mas loable carne dẽde el principio del estio hasta el medio del inuierno, porque dende entonces los ramos estan mas tiernos, y despues de otras cosas muchas dixo. Los animales que se mantienen de ramos tiernos y hojas, son mejores que los que se crian en las casas. Y por esso concluye con authoridad de Hypocrates, que sin dubda son mas loables, y de mas liuiana carne mas facil

cap. 14.

de

de digestion, los animales criados en los campos y prados, que no los que se crian en las casas. De lo qual da dos razones, la vna es: que los animales que comen poco como son los que viuen en los campos, son mejores que los que comen y beuen mucho, quales son los domesticos que se crian en las casas. La otra razon es porq̃ las carnes delos animales, que siempre andan, y se mueuen, son mas faciles y prestos para la digestion, y mas sabrosos, y cuelan mas ayna, por las venas, porq̃ cõ el exercicio y mouimiẽto, los humores se adelgazã, y la carne se haze mas ligera y leue, y el calor se tiẽpla, pero los animales q̃ viuen en ocio, y no se mueuen, tienen las propriedades contrarias. Porque el ocio y sosiego enfria y haze las carnes pesadas y causa difficil y dura la digestion. De todo lo sobredicho sacamos por cõclusion. Que los animales domesticos apacentados en los montes, y en los lugares secos, tienen las carnes medias entre los montes, y los domesticos criados en casa, y porende sus carnes son mas loables que las de todos los de mas, y son mas conuenibles, mas perfectas para la conseruacion

de

© Biblioteca Nacional de España
© Biblioteca Nacional de España

de la salud, y para la confortacion y para la vnion y assimilacion delos miembros. En especial se deuen guardar de la continua comida de los animales criados en casa si son de humida complexiõ, como son los puercos, lechones que no salen al campo, las palomas duendas, ansarones y anadones.

Qual sea mas loable la carne de los machos o la de las hembras o la de los castrados.

CAP. X.

TAmbien se deue considerar el sexo de los animales, cuyas carnes se han de comer porq̃ la curiosidad de esto no haze poco al caso para la conseruacion de la sanidad, pues hablando en vniuersal. Las carnes de los animales machos son mas loables que no las de las hembras, y esto por muchas razones, como lo sintio Isac. Diziendo, no dubdaron los antiguos phisicos, que de los animales los machos sean mas calientes y secos y de menos

Isac uniuer. die. cap. 41.

Isac uniuer. dicta ca. 14.

nos superfluydades, y que las hẽbras por contrario sean mas frias y humidas, y de mas superfluydades. Por lo qual toda la carne de macho es mas loable y de mayor vtilidad y facil digestion, excepta la carne de la cabra que es mas caliente y seca en su complexion que no la del cabrõ. Lo mismo dixo Rasis, la carne masculina, es mas seca q̃ la feminina. Y Auicena dixo, la carne del animal negro es mas liuiana y mas suaue, y por el semejãte la carne del macho. La causa es porque es mas caliente y seca: pero la carne de la hembra es fria y humida, lo mismo dixo Aristoteles en los problemas. De esto se concluye clara mẽte quæ cæteris paribus. La carne delos machos es mejor y mas digestible y mas loable que la carne de las hembras. Empero no auiendo paridad en todo, la carne de la hembra mas se deue escoger algunas vezes que la del macho, como si quisiesses comparar la carne de vna nouilla o terneraa vn buey viejo y cansado, y assi has de entẽder en todos los demas animales. Empero escriuamos aora de los castrados q̃ sintamos de su carne, pues digamos que la carne de los castrados, es en bondad media,

Lib. 13. continentis. capit. 203.

Can. 2. c. de carne.

4 Problemã. Prob. 52

L dia,

© Biblioteca Nacional de España
© Biblioteca Nacional de España

dia, entre la de los machos, y de las hẽbras cõuiene aſaber, no tan buena como la de los machos, ni tan mala como la de las hẽbras, exceptas las carnes de los carneros caſtrados y de los capones de gallos. Eſta es ſentencia en el libro de las particulares dietas, a donde dize, aunque los animales caſtrados por ſu humidad ſean mas ſemejantes a las hembras, empero difieren en el calor, porque ſu calor es medio entre el ſexto maſculino y femenino, porq̃ los animales caſtrados tienen mayor calor q̃ las hembras y menor que los machos, y porende ſon mas digeſtibles, que las de las hembras, aunque el Galeno en general affirma, que no ſolamente la carne de los caſtrados es mejor que la de los q̃ no ſon caſtrados: mas empero, y mas ſuaue, porque los que dizen cojudos tienen por parte de las turmas vn mal olor, y mala qualidad. Empero ſe ha de aduertir, que eſto que dezimos de los caſtrados, deue ſe entender eſpecialmente de los animales de quatro pies, y no de las aues, pues algunos caſtrados de las aues ſon mas aprouados, que los machos de qualeſquier animales, pues dixo Iſac. Los machos caſtra

ſtrados de las aues ſon de mas prouecho para la ſalud, que todos los animales pedeſtres, y tambien que los capones de gallos ſon mas conuenientes y loables que quantas aues ay, porque engendran mas loables mantenimientos, y mas perfecta ſangre. Y aſsi dixo el miſmo, el gallo capon es templado en todas quatro qualidades, y por eſſo es de mas nutrimento. Quede luego por concluſion, que los caſtrados de las aues ſon de carnes mas conuenibles que los machos no caſtrados de todos los demas animales. Empero en los animales de quatro pies no es aſsi de todos como cõſta de los dichos alegados de los authores.

Que trata qual carne ſea mejor de los animales q̃ mazien naſcidos o de los ya creſcados, o de los uiejos.

CAP. XI.

COSA es cierto muy prouechoſa y muy neceſſaria, conoſcer las edades de los animales, no ſolo para conſeruar la ſalud, empero y para conocer

© Biblioteca Nacional de España
© Biblioteca Nacional de España

la bondad de las carnes, porque las carnes de vn mismo animal, en vna edad son aprouadas y escogidas de los sabios, y en otra edad son reprouadas y desechadas de los mismos, como deprauadas para la salud. Y por esso se ha de dezir q̃ aunq̃ las carnes de los animales pequeñitos de leche son buenas y loables, no empero es general en todos, pero solamente en los animales que de su complexion son secos, como lo sintio Isac, pues dixo. Las carnes de los animales de leche que mamã, son mas humedas y mas lubricas y delesnables, y que mas relaxan el vientre, y que engendran sangre flemosa, y mas superfluydades, sino es quando los tales animales de leche son naturalmente secos, como son las crias de las vacas o cabras, cuyas carnes son de mas loable nutrimentò que todas las demas, especial las carnes de los q̃ maman loable leche. Y despues añadio, q̃ si los animales de leche fueren humidos de su natural complexiõ, son mũy malos, porque son humidos de dos maneras, por su natural complexiõn y por razon que son recien nasçidos. Y assi la humidad de su natural dezza y la de su edad se ayuntã en vno

Isac uniuer. die. cap. 14.

yno y porende son gruessos y viscosos, y duros de digestion, y que engendran humores corruptos y flematicos. Por lo qual la carne de los lechones y de los corderos es muy mala y mucho mas del lechon, por su poco calor natural y por su mucha humedad y viscosidad que tiene y predominio. Por loqual se deuẽ guardar de tal carne, pues tiene humidad por dos partes, por parte de la edad, y por parte de la complexion. Y assi lo que se engendra dellos es viscoso, difficil de digestion, y descien de facilmente del estomago, y difficultosamente se desmuele o resuelue del calor de los miembros, y engendra flema viscosa, en especial sino es el que mama del sexo masculino. Empero si los animales que maman son de linage de cabras o de bueyes, quiero dezir cabritos o terneras, entonces la sequedad de su natural complexion se tiempla con la humedad de su hedad, y porende son de carne mas liuiana y mas conuenible para la digestion. Especialmẽte si la tal carne es de macho, y por esta razon la carne de cabrito, y del ternero es mas loable que la de los lechones, y corderos, el qual paresçer es de Galeno,

© Biblioteca Nacional de España
© Biblioteca Nacional de España

Gale.3. de alim.c14. & lib. de bono & malo succo.

pues dize la carne del animal recien parido es muy humeda, y en otra parte, las carnes de los animales que crescen, son de facil digestion. Excepto si se comē luego en rezien nasciendo. Porque las tales carnes son llenas de superfluydades: especialmente si los tales animales rezièn nascidos, son lechones, o corderos. Empero la carne de los cabritos, o de las terneras, que son animales mas secos, son mucho mejores, ansi para la dixestion, como para el mantenimiento, y el mismo en el libro de Solucione cōtinua, dize de los animales secos, los pequeños se digeren mas facilmente, q̄ los grandes, por lo qual la carne del ternerico q̄ dizen vitella, mas presto se digere que la del buey, y las carnes del cordero de vn año son mas faciles de digerir que las de los carneros viejos que de los cabrones. Y finalmēte toda carne de animales secos, quādo es de leche, mas ayna se digere antes que se endurezca. Pero en la carne de los animales humidos es al contrario, pues mas presto se digere quando se endurese que no antes. Y por esso el carnero de vn año mas presto, y mas velozmēte se digere,

Idem cō. 4. uictus acuto rum.

Idem lib. de olis cōtin.

que no la del cordero que mama, y toda carne de animal que va en augmento se digere con mas presteza, que no la carne del q̄ ya es viejo y antiguo. Y por esso dixo en otro lugar la carne del animal q̄ nasce se haze de sabrida por su mucha humedad, especial si el tal animal es humedo de su naturaleza, y por esso cōcluye Rasis, No se deue comer carne mortezina ni muy flaca ni la carne de aquel animal que ha menos q̄ vn mes que nascio. E Isac dize, de los animales secos, los chicos pollinos son mejores, de los humidos son mejores los ya crescidos y mayores. Pues luego conuiene que los puercos y ganados, y animales desta suerte humidos de su natural complexion, sean ya crescidos y jouenes, empero los secos que maman, se comā luego antes que sean ya crescidos. De donde se saca por conclusion. Que los animales secos de su complexion, que ya estan crescidos, y en augmēto como son los bueyes, y las cabras, tienen por dos partes sequedad, por su edad de iuuentud, y por su natural complexion. Y porende son sus carnes duras de digestiō, y que se desmuelen o resuelnen tarde, y que dan manteni

Galen.2. de temperam.

© Biblioteca Nacional de España
© Biblioteca Nacional de España

miento ruin. Pero si los animales de comer son humedos de su cõplexion como lo son los puercos y ouejas, los tales quãdo allegan a juuentud seran buenos, porq̃ se templara la humidad cõ la sequedad de su juuentud. Por lo qual los puercos y ouejas son mejores quando son en juuentud o crescidos. Empero que diremos de los animales antiguos y ya viejos. Cierto como lo dize Isac, todos los animales viejos y decrepitos son muy malos para la salud, y muy duros de digestion, y mas abaxo afirma. Que quanto de mas años son los animales, tanto mas secos tienen los miembros y mas duros de digestion, y quãto menores son, tanto son sus miembros mas delgados y mas faciles de digestion. La razon como lo dixo es, porque los animales reuegidos tienen muy poco de calor natural, y esso poco que tienen muy aparejado a se gastar y consumir, y su humido radical muy cercano para se acabar, y porque su calor natural es para la digestion, muy flaco accidentalmente adquirieron del mantenimiẽto indigesto y crudo vna humidad cruda, e inepta para la nutricion, por esso son difficiles de digestion

Yniue. diet. cap. 32.

stion y tardos para se desmoler y que engendran vn mantenimiento vituperable y flemoso. Empero si los tales animales viejos de su natural cõplexiõ fuerẽ calientes no seran tan dañosos, mas si por el contrario fueren frios causaran vn daño muy grande, y por esso dixo Auenzor, affirman los medicos, que comer carnes viejas es materia de enfermedades. Y Galeno de todos los animales se deuen huyr los viejos, y los rezien nascidos, porque los viejos son duros e indigestos, los otros son sobre manera humedos, y por esso engendran muchas superfluydades. Especialmente si estos tales animales rezien nascidos son humedos de su complexion, como las ouejas. Pues luego saque se por conclusion, las carnes de los animales, que por ser chicos maman, si fueren secos de su complexion, se deuen comer luego, pero si fuerẽ humidos se deuen comer quando ya son crescidos en su juuentud, y si fueren viejas sin excepcion no se deuen comer.

En el qual se demuestra qual sea mejor carne en cor pulencia conuiene saber la magra o la gorda medianamente.

CAP.

© Biblioteca Nacional de España
© Biblioteca Nacional de España

CAP. XII.

AVNQVE presupuesta la bondad de las carnes en quanto toca al linage de ellas a la edad no sabemos qual sea mejor pa la salud, o la gorda, o la magra, o la media, que ni sea gorda ni magra dezimos con Isac, el qual fue vno de los que en este caso de mantenimientos mas se estendio. Que los animales de muy magra carne, son nervioſos, y tienen poca sangre, y son poco humidos, y de poco nutrimẽto, empero por causa de su poquita viscosidad y superfluydad son faciles y prestas de digestion, y promptas para penetrar por las venas, mas que las gruessas y gordas, tambiẽ lo quiso sentir Auicena, pues dixo, la carne del renegido es mala, y la carne del adelgazado y magro, lo mismo quiso sentir Galeno, pues dize. Las carnes de los animales magros y de edad, son peores. De lo qual se saca que la carne de los animales magros y la de los muy gordos, que con estudio y cuydo fuerõ engor

Isac in universa dietas cap. 14.

Auic. 2 ca. nouc. c. 9 car. de Gale. 3. aliment.

gordados, es mala. Especialmente la de los muy gordos. Porque la gordura de su natural propriedad es dañosa para el estomago y digestion. Pues dixo Isac la compostura muy gorda es muy difficil de digestion, porque presto se abaxa del estomago, humedece el vientre, presto se corrompe, engendra flema viscosa. En especial si la tal carne es de animales humedos de suyo, como son los puercos, y ouejas, pues la carne assi gorda da hastio, y relaxa el estomago, y humedesce, y emblandesce los nutrimentos de la digestion, conuiene a saber, las fibras del estomago, tiene propriedad de nadar encima de los otros manjares, conuierte se en flema gruessa y viscosa rebelde pa la digestiõ, y causa vna hartura falsa como el mismo Isac lo dixo, y dixo Auicena, la carne gorda ablanda el vientre con poco mantenimiento, conuiertese facilmente en vapores fumoſos y en colera, facilmente se va por camara. Pues luego, la carne mezclada cõ gordura, no se deue comer. Empero si la tal carne fuere apartada de la gordura aunque sea de animal gordo, biẽ se puede comer. Porq̃ la tal carne es mas loable

Isac dictis partic.

© Biblioteca Nacional de España
© Biblioteca Nacional de España

loable y mejor que la que esta con gordura, aunque fuesse de natural magro y macilento, y la causa es porque no tiene gordura que pueda dañar al estomago. Pues luego el camino mas seguro es, que la carne sea media entre la gorda y la magra, por que esta tal es media en su action y passiõ. Lo qual dixo Isac ansi, los miembros que tienen medianamente de gordura, son de mas facil digestion, y mas conuenibles para el estomago, y engendrã buena sangre

Isac uniuer. dietis ca. 14.

Este mismo parecer fue de Aliabas, de todas las carnes es la mejor la que es templada, entre gorda y magra, porque causa sangre templada. Y Rasis dixo. La carne colorada sin gordura es de mas nutrimento que la que tiene gordura engendra buena sangre y fortifica el estomago, y engẽdra menos de superfluydades. Pues tẽgamos por conclusion, que la carne para la salud sea moderada entre la gorda y la magra, y de animal crescido, no viejo ni engordado a posta en casa.

Aliabas. 5. theori. c. 21. 9. capit. ad almanſ. li. 3.

Como se deuen cozer las carnes gordas, y como las magras, a donde se declara la naturaleza de las carnes assadas, y fritas, y cozidas.

CAP.

CAP. XIII.

COMO no siempre tengamos a la mano, las carnes medias entre gordas y magras, sino que vnas vezes las tengamos gordas, y otras vezes magras, por esso tẽgo por bien en este lugar de descreuir la manera, y orden que se deue tener, en cozer o aparejar las tales carnes para q̃ conuengan a la sanidad. Digamos pues, q̃ aunque aya muchas maneras y modos de cozer y preparar las carnes, dos son las maneras principales, conuiene a saber en agua, o sobre las brasas en assador, la carne que se pone al agua, y luego se dize cozida, la que sobre las brassas en assador assada. Pues luego las carnes magras se deuen cozer en agua, las gordas se deuen assar, como es parecer de Isac, por authoridad de Rufo, pues dixo. Los antiguos especialmente Rufo, dixerõ que las carnes magras sin gordura, no se coman sino cozidas, porque se rehumedezcan en la agua y se tiemple su sequedad. Y mas a baxo dixo.

Isac uniuer. dietis ca. 34.

© Biblioteca Nacional de España
© Biblioteca Nacional de España

xo. Si las carnes se cuezen con agua y sal, paranse mas tiernas y mas humedas, por razõ de la agua, y mas faciles de digestiõ. De aqui se saca. Que mucho yerran los que assan la carne magra, como la de la cabra, o vaca, porque mas la desseca. Y quan mucho yerran los que cuezen la carne gorda humedeciendo la mas como se deua assar. Y assi lo dixo Isac, lo qual curarõ mucho los antiguos. Cõuiene a saber de preparar la carne muy gorda cõ mucha sal y assarla en mucha y fuerte brassa, para que sus humidades gruessas y superfluas se gasten y se reduzgan a temperamento. Pero sino fuere muy gorda, ponga se en menor brasa. Y el mismo dixo mas abaxo. Las carnes humedas que son las gordas, frian se y assense, y adoben se cõ cosas secas, para que su humidad se desseque y tiemple. Y por esso finalmente concluye. Que porque la carne del puerco casero, y la de la oueja es humida, que se asse y no se cueza, pero la de la cabra, que se cueza, y la del buey. Y que haze contra su salud el que cuezela del puerco y assa la de la vaca, y este pescer fue de Aristoteles, pues dixo. No conuiene q̃ las cosas secas se desequõ mas

Lib. proble matum 20. problem. 5.

mas. Pues luego las carnes gruessas y humedas se deuen solamente assar. Pero como se aya â de assar, digamos lo succintamẽte especialmente del parescer de Rasis que dixo, la carne assada sobre las brasas mantiene mucho, fortifica el cuerpo, mantiene con presteza, empero tarde y apenas se digere del todo. Pero la carne q̃ se pone en parrillas al horno muy mal se assa, y es mala de poca substancia para mantener. Empero no concuerda con el Isac, pues dixo, el fuego de la panaderia, q̃es el horno, es mas blando, y mas sossegado para assar, y sera bueno, porq̃ como esta sin llama, tiene calor templado, y no desseca y assa por de fuera la carne, dexãdo lo de dẽtro crudo y por assar como lo haze el fuego de los carbones, y mas me allego yo a esta opiniõ. Pues el mismo Rasis dixo en el mismo lugar, la carne assada en assador es gruessa y de mucho nutrimẽto, la qual no se digere, sino en estomago robusto y caliẽte, lo qual no prouiene sino por que lo dedentro no esta bien assado, como lo dixo Isac arriba. De esto se paresce como la carne gruessa puede ser assada en dos maneras, y qual manera sea mas conueni-

Ad almãsor. lib. 3. ca. 12.

Vniuersa die cap. 19.

© Biblioteca Nacional de España
© Biblioteca Nacional de España

uenible: Empero que sea la naturaleza de la carne assada quando bien se digere, dixolo Haliabas de esta manera. La carne assada es caliente, templada en humidad y sequedad, de mucho nutrimenro, pero retarda la digestion. Especialmente si la tal carne assada es de animales magros, porque si fuere de animales gruessos, facilmente abaxara del estomago, y es vtil y prouechosa para los que trabajan, y. para los varones exercitados. Esto sintio Auicena diziendo. La carne assada sobre las brassas en assador, si vna vez por vna se dixiere da mucho nutrimento, y restaura mucho. Empero lo cozido, engendra en el estomago blandura y terneza. Sea pues la conclusion deste capitulo. Que la carne magra se deue cozer, y la gruessa assar. Y ninguna carne se deue freyr, porque la carne frita con gordura, causa enhastio, detiene se demasiado en el estomago, pues dize Auicena, lo frito impide la confortacion de la carne, y la muchedumbre de su nutrimento, lo qual prouiene, porque no se dixiere en el estomago. Finalmente se deue guardar el precepto de Auicena que dize. Qualquiera carne assada, no se cubra çabu

5. The c. 24

4. pri. c. 20

20. ter. tra. 1. cap. 21

6 ca. noue. lib. 4. tratatu 2. cap. 11.

çabullendola, mas antes se dexe descubierta hasta que euapore, porque quando se cubre, çabullendola, haze se veneno, el qual trae muchos malos accidentes, el primero y el segundo dia, y algunas vezes mata. Esto mismo sintio Rasis diziendo, si lo que se assa luego como lo apartan del fuego lo ahogan, y antes que se euapore, por vna hora lo embueluen tantas vezes que no lo dexen desabahar, o desuaporar, y se comiere desta manera, de la tal comida se causara fluxo de vientre, y ascos, y vomitos, y aun acaso muchas vezes matara y faltara el sentido, por vno o dos dias. Esto es lo q̃ sienten los antiguos delas carnes cozidas y assadas porq̃ aprueuan anssi lo vno como lo otro, haziendo se como deue pues anssi las carnes cozidas como las assadas confortan el cuerpo, porque aunque las assadas estan secas por de fuera, estan humidas por de dentro, las cozidas al reues porque estan humidas por de fuera y secas por dedẽtro, como lo quiso Aristoteles, y lo dixo Auicena, en el canon segundo diziendo. El nutrimento de la carne assada es seco, el de la cozida es humido. Empero en muchas familias de

Lib. 8. ad al mã cap. 27.

Aristo. c. 4 metheorum.

M cuẽ

© Biblioteca Nacional de España
© Biblioteca Nacional de España

cuenta sin discrimen assan y cuezen y frig qualquiera carne y hazen diuersos guisados y muchas vezes comen las carnes a medio assar con su sangre a lo menos palominos y piernas de carnero y lo alaban por muy bueno. Empero los q̃ansi comieren estas carnes pagarlo han con enfermedad o muerte aunque algun tiempo se tarde. Vsan se entre Christianos muchos mas guisados que entre Turcos y Moros y por ende los Christianos son tentados de muchas mas fiebres.

De la naturaleza de las carnes saladas, y quales carnes deuen ser, y quales no.

CAP. XIIII.

AVCHOS ay que gustan mas de carnes saladas que no de las rezientes y frescas, y ansi indiferentemente hazen salar las mas carnes, ignorando que carnes sean buenas para salar, y quales no, lo qual no hariã si supiessen lo que dize Isac. el qual affirma que la sal haze su obra en las

Isac in uniuersal. c.18

las cosas segun las naturalezas de las cosas que padecen, y no segun su propria naturaleza, de donde proniene que algunas vezes endurece, y otras vezes regala y reblandesce. Como se ve en el calor del fuego, el qual deseca el barro, reblandece la cera. De lo qual infiere que todos los animales de carnes blãdas y humedas, como son los lechones, y corderos de leche. Y todos los animales secos y duros como son los bueyes, y puercos viejos no son buenos, ni loables, para salar. Y despues dize q̃ las cabras y bueyes no son loables para se salar. Y finalmẽte cõcluye, q̃ los animales de carne blãda y dẽ pocos humores no son loables para salar, como son los puercos pequeños, el q̃l parescer es de Galeno pues dize. Los cuerpos de los animales q̃ son conuenibles para se salar, son de todos aquellos que tienen la carne dura y llena de superfluydades, los quales tienen derramada en si vna humidad flematica, la q̃l humedad quãto mas fuere viscosa, tãto mejor recibe la sal. Empero los animales que tienen la carne blanda, o dura sin superfluydad, no son conuenibles para se salar. Y affirma otro si, que la carne dura y

3 Ali.c.pẽ.

M 2 seca

© Biblioteca Nacional de España
© Biblioteca Nacional de España

seca, no se puede comer salada. De los quales dichos parece claro. El herror de aquellos que salan las carnes de los buyes viejos, pues como sean de suyo secas, añadiendolas sal, se tornan muy mas secas y dañosas, para la sanidad prōptas para engendrar melancolia. Empero vengamos a dezir que sienten los phisicos, de la carne salada, que segun lo que hemos dicho biē se puede salar. Dezimos que la tal carne salada no es loable, empero no se deue vituperar tanto, como la carne de los otros animales, que son secos y viejos: Porque aunque por la sal se aya desecado demasiado, empero no es muy caliente respecto de su excessiua sequedad, pues dixo Isac, que la sal calienta moderadamente, y deseca excessiuamēte, porque tiene dos virtudes, vna de cortar y diuidir, otra de apretar y vñir, y segun entrambas operaciones deseca. Lo mismo dixo Serapion enel libro de medicina mollificatiua, adonde dize, que la sal deseca con vna fuerte desecacion. Lo mismo dixo Galeno. Por esso dixo Auicena sabiamente. Que aūque la carne salada sea al principio humida, despues se haze desiccatiua, porq̄ tiene mas seque

Isac. di. par.

Ga. 5. de sum. Auic. 2. ca. no. cap. 106

sequedad que quantas carnes ay, y poren de es de poco nutrimēto y malo: lo mismo affirmo Rasis. La carne salada es de poco nutrimento, porque la sal consume la humedad de la tal carne y estriñe el vientre especial si se echa en vinagre. Y Galeno Todas las cosas saladas mayormente las carnes de los animales aora sean montesses, aora criados en agua, como son todo genero de pescado, aora domesticos, engendran carne melancholica. De donde se infiere quan reprobadas sean las carnes saladas de los Sabios phificos y todas las cosas saladas. Empero si alguna carne salada, que se dize cecina, es loable principalmente es la del puerco, porque con la sal se consume su superflua humedad, y se templa su frialdad, con todo esso no carece de daño, especial si es muy añeja. Pues luego no se deuen comer las cecinas por via de nutrimento, sino por via de remedio alguna vez, y en poca cantidad para despertar el apetito perdido, y para limpiar, y enjugar el estomago de sus superfluydades y flemas. No se deuen assar ni freyr sino cozer y en poca cantidad, para dar sabor y gusto a las carnes, y caldo con

Continē. 23 cap. 703.

5. De locis affe.

© Biblioteca Nacional de España
© Biblioteca Nacional de España

que se cuezen, o guisan, de otra manera se tornara el guisado o cozido de ruyn mantenimiento que cause flema salada, y si se assan y frien, sean en poca cantidad para mouer el gusto, y para alimpiar, y enjugar y corregir la putrefacio, que son effectos dela sal, segun lo trae Auicena, porque en mucha quantidad causaran en estomago y venas, humores venenosos de mistion de colera eruginosa, y cinaria, y carbunculos, y lepra, y nolimetangere, y costras.

Auic. cano. cap. 3.

De las propriedades de la carne del cabrito y de sus utilidades.

CAP. XV.

TIEMPO es de condecender a los particulares, primero trataremos de los animales de quatro pies, y despues delas aues. Y de los quatro pies vengan primero, los domesticos, y despues los monteses, y porq̃ entre los domesticos el cabrito tiene el primado, empecemos dẽde su carne, y luego diremos de la carne de la ternera, y del

y del cordero de vn año, assi como lo dixo Auicena, cõuiene ã el conseruador de la sanidad procurar q̃ el cibo sea tal qual es la carne del cabrito, o de la ternera o del cordero de vn año. Pues luego empeçando de la carne del cabrito, diremos con Isac. La carne de los cabritos que mamã, es templada y no tiene malicia alguna, pero no cõuiene a los trabajadores, aunque causa buena sangre, y despues dixo. La sangre que se engendra del cabrito es media, entre la grueſſa y la subtil, entre la fria y la caliente, empero declina a fria y humida. Lo qual dixo Rasis. La carne del cabrito es admirable fria y humida, aũque tiene cierto olor, y por esso los cabritos no se deuen comer grandes, sino pequeños, y son cõuenibles para la salud. Y en otra parte. Dize la carne del cabrito es idonea para los calientes y secos, por la humidad de la leche, y engẽdra buena sangre, e Isac, las carnes del cabrito, son las mejores de quantas ay entre los animales de quatro pies. Por lo qual la sangre que se engẽdra dellas es mas delgada y de mas mantenimiento, y mas conuenible, para los hombres, en especial para los que salẽ

Auic. 3. par. do. 2. cap. 7

Isac dictis uniu. ca. 14

Rasi. 4. asoris & li. 23 del conti. ca. 703.

Isac uniuer. cap. 12.

© Biblioteca Nacional de España
© Biblioteca Nacional de España

de enfermedad. Pero las de las vitellas o terneras, engendran mas gueſſa ſangre, porque los bueyes ſon mas grueſſos y mas humidos, *Idem in particul.* en otra parte. Las carnes delos cabritos ſon conuenibles para los que tienen mala complexion, y para los que ſalē de dolencia, por la bondad de ſu complexion, y en otra parte. Los cabritos de leche, ſon mejores de todas las de mas carnes de los otros animales, en complexion, en digeſtion, en nutrimento, en ſabor, porque por parte de la leche le viene vna natural humedad que carece de toda agudez, porque en ſu carne ſon templados en calor y humedad y por eſſo daan vn mantenimiento delgado y tenue, ſin corrupcion, y por eſſo ſon vtiles a los calientes y ſecos, que ſalen de dolencia, y quanto mas remotos eſtuuieren del dia de ſu naſcimiento, mientras maman, mas loables ſon y mas tiernos, por la humidad de la leche. Porque aūque ſean buenos recien naſcidos, no empero tanto como adelante, por la buena templança de la leche. Y aſsi lo quiſo Galeno, de ſolas las carnes del cabrito, ſe puede vſar ſiñ ninguna recelo, y Auerroes, deſpues q̄ puſo la

Galen. lib. de alimento. Auerroes. y alibi.

la carne de las gallinas por ſuprema entre todas, dixo que era la mejor la del cabrito entre los animales de quatro pies. Pues luego tenga ſe por concluſion. Que la carne del cabrito es muy buena para los holgados y delicados, y no para los q̄ trabajan, obſeruando ſiempre el precepto de Auicena, que dize, Quando el cabrito eſtuuiere frio es mejor, porque ſe reſuelue ſu vapor, empero quando el cordero eſtuuiere caliēte, es mejor, porque ſu mal olor ſe quita. Empero cauſa admiracion que vna carne engendrada de carne tan mala como la cabra ſea tan buena, porque ſe tiene por cierto entre varones muy doctos que la cabra ſiempre tiene calentura: los cabritos que ſe apacientan entre oliuas y enebro lentiſco y madre ſelua, ſon ſuauiſsimos y muy preciados. Y dize Campegio, que comidos con ſalſa del çumo de la mata del trigo y pimienta y çumo de limon ſon de gran guſto.

Auic. tercia primi. do. 7. cap. 2.

De la carne de la uitella o ternera que es de leche o de la que no es de leche.

CAP. XVI.

© Biblioteca Nacional de España
© Biblioteca Nacional de España

A carne de la ternera es muy aprouada de los antiguos, y esta en dos differencias porque la vna es de leche y la otra no es de leche. Yassi la vna carne como la otra es buena y aprouada para la sanidad. Aunque no cõuiene a los que se leuantan de dolencia, como la carne del cabrito, assi se vio arriba y segun q̃ lo dixo Isac, en las vniuersales dietas. Assi las carnes de las terneras aũque sean loables no son conuenibles para los conualescientes q̃ se leuantã de dolencia, porque sus miembros faltan en la digestion de los mijares grueſſos, y en las particulares dietas dixo. Aunque la carne del ternero no dañe a los que se leuantã de enfermedad, empero es graue para ellos, por la falta de su virtud digestiua. De esto se saca. Que la carne de la vitella es algo grueſſa, y que no assi cõuiene a todos como la del cabrito. Pero a algunos es conuenible la carne de la ternera de leche, como a los que son algo trabajados por la pora groseza que tiene, y por ser templada. Y porẽ dixo Rasis, la carne de la ternera, si se digere engẽdra buen nutrimẽto en el cuerpo. Pues luego

Isac uniuersa cap. 14.

Isac uniuersa cap. 14.

go tengamos por aprouado, que la carne de ternera, y de corderos de vn año, es cõuenible para los que medianamente se exercitan. Empero la carne de la ternera, o ternero que no mama, ya es tambien buena y loable, aunque es mas dura y difficil de digestion, como sea mas grueſſa y seca. Y assi lo dixo Isac, los bezerros crecidos menos humedos son que los de leche, y con mas difficultad se dixeren, y la sangre que se engendra de ellos no es vituperable, porque tiene fuerte calor. Esto se deue entender de los bezerros que no ha mucho que los destetaron, porque los demas tienen grueſſa, y seca carne, y engẽdran mala sangre. Finalmente concluye que el bezerro de leche es mejor que el q̃ no es de leche, porq̃ por la humedad de la leche se tiempla su carne, y por esso dixo Auerroes. Las carnes de las terneras o bezerros (porq̃ como se ha dicho, mejor se entiende de los machos) son buenas porq̃ no tienẽ humidad superflua, como las del cordero, ni tienen frialdad, como las del buey viejo, y son mas oloroſas q̃ las d̃ mas carnes, y en esto tãbien hazẽ ventaja a las del cabrito, porq̃ en las carnes del cabrito se

Rasis. 23. continet. cap. 703.

Isac dict. parti.

Auer. 5. colli.

© Biblioteca Nacional de España
© Biblioteca Nacional de España

se halla vna superfluydad viscosa quando se cueze. Empero exagera tanto Auerroes a la carne de la ternera, que no dubda auentajarla a la de las gallinas. Y ansi affirmo que se podia dar a los que tenian calẽturas. Empero segũ se ha traydo de otros authores, y segun por experiencia se vee deue se su parecer moderar, y no seguir se tanto como el lo exagera: puesto que sea muy agudo de ingenio y muy preheminẽte en la medicina. Communmente la ternera se mata de vn mes y de mes y medio. En Roma ponẽ gran diligencia para que las terneras mamen vn año, y medio año, sin que pazcan yerua alguna, y dizen, que se haze vna carne muy preciada y delicada pa las mesas de los cardenales, y de los grãdes. Y dize se q̃ las terneras no se ayũtan con los toros hasta passado vn año, y que antes que se ayunten tienen buen mãtenimiento y loable.

Adonde se pone como sea mejor la carne del cordero de un año, que no la del cordero de leche.

CAP. XVII.

LAS

LAS carnes del cordero de leche tiene mucha humedad superflua, y las de las ouejas viejas tienẽ aun mas superfluydad y humidad, y son de mal mantenimiẽto, y por esso la tal carne se deue vituperar, como lo dixo Alrabas. La carne del corderos es de mas humedad, y mas calor, que la carne del puerco, y engendra flema. Y la carne de la oueja engendra mas sangre, lo mismo quiso Galeno, pues dixo. La carne del cordero es humeda y viscosa, y por esso no haze para la conseruacion de la sanidad. Esto se entiende de los corderos de leche. Porque de los corderos de vn año es otro negocio, pues la tal carne es loada de los sabios, por lo qual no se deue vituperar sin eleccion como algunos piensan, sino fuesse q̃ndo es cercana a la leche q̃ mamo, o mas vieja. Y assi dixo Isac en las particulares dietas. La malicia de los corderos de leche, y de las ouejas viejas es grande, por su mucha y superflua humedad, y por la mucha flema q̃ engendrã, por lo q̃l antes q̃ sean digeridas en el estomago vã abaxo por camara. Empero los corderos cre-

Alia. 5 theoric. cap. 21.

Gal. de ali. lib. de eucbimia.

© Biblioteca Nacional de España
© Biblioteca Nacional de España

crecidos, aunq̃ tengan malicia, por la humidad de la leche passada: empero por la razon de la sequedad ẽ su edad de jouẽ, se tiẽpla la humidad passada. Porẽde son loables y faciles de digestion, y engendran buena sangre, y en otra parte dixo. Que la carne del cordero crescido de vn ano es semejante a la carne humana, porque la tal carne no es humida (como algunos piẽsan), y el mismo Isac dixo arriba. cap. 14.

Ibidẽ uniu. dictis. ca. 13

Ibidẽ. ca. 14

La carne del cordero añal es calida, en humidad y sequedad templada. Y Rasis dixo. Que la carne del cordero añal es buena para la colera negra o melancholica, especial si son castrones. Y en otra parte dixo la carne del cordero añal en digestiõ y nutrimento, no es inferior a las carnes de quãtos animales ay. Y Auerores. Dixo despues de la carne del cabrito, tiene segundo lugar el cordero añal en bondad. Pero ha se de aduertir que los tales corderos apacentados en lugares secos y caliẽtes, como en los montes en tiẽpo de estio, son mejores aunque sean de leche, que los corderos añales criados en lugares humidos, en especial si le assã a buena brasa, y se aparejan con sal. De aqui se sigue y tiene por

Ra. 23. Cõ. ca. 73.

Auner. 5. col.

porcierto q̃ los corderos del mes de Hebrero son muy malos, lo vno por ser reziẽ nacidos, lo otro por ser nacidos en tiẽpo humido, y en lugares humidos: y porque en tal tiempo deciendẽ los pastores de los montes a los lugares humidos, como es a las viñas y plantas, lo otro porque los pastores engordan los corderos a posta, para que pesen mas con harina de linuelo, y aunque esto sea assi. Dize Campegio q̃ los corderos nascidos en inuierno son preferidos a los que nacen en el verano porque dize, que valen mas los nacidos ante el equinocio del verano, que los nacidos antes del inuierno tienen algunos por excelente carne la del cordero que mama de dos ouejas y no pasce. Pero segun Auicena, deuese comer la carne del cordero caliente actualmẽte, porque se resuelua su mal olor.

De que naturaleza sea la carne de puerco, y de su utilidad y mantenimiento.

CAP. XVIII.

L puerco solamente ser criado para ser mantenimiento, en tanto grado esta cognoscido, que ay a dicho vn philoso-

pho.

© Biblioteca Nacional de España
© Biblioteca Nacional de España

pho. La anima del puerco ser puesta en el en lugar de sal para conseruaciõ de su carne. Y dixo Plutarcho que el cuerpo tiene cincuenta differencias de sabores, porque no ay cosa en el, fuera de los pelos y dientes y vñas que no sea comida gustosa porque dexado a parte todo su cuerpo, y cabeça, y piernas, y manos, de sus tripas y quajar, se hazen veynte inuenciones de manjares. Longanizas, morcillas, obispillos, salchichas. Su sangre no solo es para morcillas empero y para hazer rellenos de muchas maneras. Hasta sus huessos aprouechan para beuer los recueros por los caminos. Escriue se, que Tito Quinto Romano, despues de hecho consul, como fuesse combidado en cierta ciudad llamada Chalcide, fue muy admirado de la mucha diuersidad de carnes que le fuerõ puestas, y acabada la cena, auer dicho el huesped, que todas las carnes que se le auian puesto eran de puerco guisadas de differẽtes maneras. Escriue Campegio, que si el puerco se apacienta de vellota de aya se haze vna carne facil de digestion y huiana para el estomago y de muy poca superfluydad. Y si se apacienta de vellota de alcor

alcornoque se haze vna carne espõgiosa. Si de vellota de enzina se haze vna carne firme y pesada, y dura, y luzia. Engordan mucho con setas, y hongos, y se haze con este mantenimiẽto muy suaue carne: mas que con centeno cozido, ni que con ceuada, ni pan: porque con estas semillas haze se demasiadamente seboso, y vntuoso, en tanto grado, que se ha hallado por experiencia a donde les dan mucho ceuo de harinas cozidas, y grano, hazerse tan gordos que se entran los ratones por sus carnes, y hazen agujeros en ellas sin que lo siẽtan. Estas carnes son de gran daño, como despues dire. Engordan tambien mucho con el occio, y vañarse en cieno: pero todo esto es malo para la sanidad de sus carnes. Y porende los puercos criados en los montes y partes sequerosas, son de mejor alimento, y mas sanos. Empero han se de aduertir que el puerco nascido de parte de inierno es de carne mejor y mas copiosa que el nascido en el estio por Iulio, o Agosto, porque en el estio criase cõ vna carne muy delgada y magra llena de vnas humedades superfluas. Este animal suele criar vnos granos o durezas

N ama-

© Biblioteca Nacional de España
© Biblioteca Nacional de España

a manera de lamparones y secas, especialmente en el pescuezo y carne blãda, y porende su carne es dessabrida como agua y al cozer se torna muy blanda, y es daño sa para la salud. Conocense le estos granos si le miran de baxo dela lengua, porq̃ luego se parecen ay, y si le arrãcan alguna cerda luego sale sangre. En fin todos los antiguos concedieron, que la carne del puerco es la mas humida de quantas ay, y mas fria que muchas, y de loable mantenimiento, con tal que ni sea de puerco viejo, ni de lechon que mama, pues como dixo Isac. Los ganados especial de ouejas son menos humidos q̃ los puercos, porq̃ los puercos son mas frios y humidos de quantos animales ay. De suerte que en su cõparacion sean los puercos monteses, secos y porende de menor nutrimento. En otra parte dixo, la carne del puerco domestico es menos caliente que las de mas carnes, y mas humeda que ninguna, en tãto grado, que los antiguos la compararon al azeyte onfancino: por su mucha frialdad. Lo mismo sintio Galeno diziendo, las carnes de los lechones y corderos son las mas humidas de quantas

Isac dictis parti.

Gal. 2. de tẽ.

tas ay, y no conuiene en toda edad, sino solamente quando tienẽ mas calor, quales en su juuentud. Y ansi lo dixo Isac en la misma parte, los animales que de su natural son humidos, quando estuuieren en su edad perfecta de juuentud, su humidad se tiempla con la sequedad dela edad. Exẽplifica en los puercos y corderos, los quales son mejores que los bueyes quãdo son crescidos. Pues como dixo Isac, las carnes de los puercos crescidos en su juuentud, engendrã buena sangre, y son loables, pero las de leche son malas acrescientan putrefacion y corrupcion, engendran flema gruessa, y si hallan el estomago con viciosos humores, los acrescientã y mas daña porq̃ son prestas a engẽdrar piedra de reñones, y gota artetica y ciatica, y perlesia, y apoplexia, porende aunq̃ tengan al lechon por carne gustosa es muy dañosa, por su mucha humedad y viscosidad, y el q̃ se vuiere de comer mañana matese oy, si fuere iuierno, si fuere estio por la mañana. Pues luego la carne de los puercos, sea de los q̃ son crecidos jouenes, porq̃ aũq̃ la tal carne sea dura ꝺ digestiõ, y tarda para passar por las venas y gruessa, empero es de

© Biblioteca Nacional de España

mucho nutrimẽto, como lo dixo Galeno. Finalmẽte dixerõ Auerroes y Aliabas, q̃ la carne del puerco jouen es de las carnes la mejor, y de mas nutrimento, y mas semejante y conuenible a los hõbres. Y por esso dixo Galeno, que comiendo cierto hombre, carne de hombre por de puerco no hallo differencia alguna en el sabor, ni color, lo qual es señal que es muy semejante a la humana. Y Auicena dixo. Que vuo algunos que vendieron carne de hombre por de puerco, y fue occulto hasta que vieron los dedos de la mano. Y en otra parte dixo. La carne del puerco mõtes, y casero, segun lo que se dize, es de presta digestiõ y de firme nutrimento viscoso y grueso, y dixo, segun lo que se dize, porque el no lo comio por ser prohibido en su ley. Y Galeno alabo mucho las carnes del puerco, pues dixo de todas las comidas no ay cosa de mayor nutrimento, que la carne del puerco, en otro lugar dixo. Es la carne del puerco para comer la mejor de todos los animales de quatro pies. Pero ha se de considerar, que aunque tanto sea alabada en los authores la carne del puerco empero es de mantenimiento grueso y viscoso, y que no es conuenible para los q̃ huelgan, y por esso se deue vsar tal carne con moderacion, y mas en tiempo de iuierno, que en otro ninguno, y mas del puerco syluestre jaualin, que no del casero. Pues dixo Auicena. Dizen los christianos y los q̃ los imitan, q̃ la mejor de las carnes es la del puerco montes, porque fuera de que es mas ligera que la carne del puerco casero, es de fuerte nutrimento y de mas mantenimiento, y de presta digestiõ y es la mejor que se puede comer en el inuierno, porque en tal tiempo la virtud digestiua esta mas fuerte, como lo dixo Hypocras, ventres hyeme & vere. &c. Pues luego todos los que hazen exercicio no escojan otra carne sino la del puerco. Empero los ociosos y q̃ huelgan y estan assentados guardan se de ella, en especial de la del puerco casero que no salio al campo, y se engordo apossta en casa especial es dañosa a los asmaticos y tosigosos, como lo dixo Hypocrates ha se tambien de aduertir que es muy dañosa la carne del puerco rezien muerto, sino le echan vn poco de sal por ser pesada para el esto mago y difficultosa de digestion causa corrimiento

7. Metho. Auer. ç. colliget.

Auic. 2. can. cap. 604.

Gal. Alimẽ. 3. cap. 1.

Idem lib. de euchimia & cachomia.

Auic. 2. cã. cap. co.

Hip. 1. aph.

© Biblioteca Nacional de España

© Biblioteca Nacional de España

de camras, y dize se de los pulmones del puerco montes que aprouechan mucho a los que beuen mucho y se embriagan por que comẽdolos no se embeudaran, otros dizen que tomando se en poluo y beuidos con agua en vn vaso hecho de cera quitan la borrachez, como lo trae Ioan Vrsino. Empero porque hezimos menciõ del janalin digo que aunque sea tã precia do para mesas de señores, que su comida no caresce de mucho peligro para la salud de la gente regalada, sino se come con mu cha moderacion, porque causa melancho lia, ventosidades, mirrachia. Y dize Pli nio que su vexiga assada ocezida socorre mucho contra el mal de piedra de riñones y vexiga.

De la naturaleza de las carnes de los castrados, y quales dellas sean mas loables.

CAP. XIX.

DIZE Rasis hablando de los castrados la carne de los castrados ansi de carneros como de cabrones es loable

24. continẽ cap. 703.

ble porque humedesce, y es dulce y de calor moderado, empero si se enuejecen es mala y engendra melancolia y gruessa sangre. Lo qual dixo Isac en las particulares dietas, ansi los carneros en su edad florida son de menor humedad y viscosidad que los corderos, por la sequedad de su edad q̃ es sobre su cõplexiõ y por esso su carne es mejor que las de las ouejas, y los corderos, la qual si fuere digerida engẽdra buena sangre, porque su complexion es templada en calor y humidad, especialmente si es de carneros de edad florida. Porende es de buẽ sabor, si la tal carne no es de carnero reuegido. Porque aunque sea castrado es muy malo en su carne por el deffecto de calor natural, el qual calor falta en ellos por dos causas, por su edad mucha, y por la falta de las turmas o testiculos. Y por esso concluye, que el cordero añal es mediano entre el cordero que mama y entre el carnero de edad florida, porque ni tiene tanta humidad como el de leche, ni tãta sequedad como el carnero ya hecho, y por esso es mejor que los de mas carneros, y mas facil de digestion, porque engendra vna sangre de substancia moderada,

Isa. par. diet.

© Biblioteca Nacional de España
© Biblioteca Nacional de España

da. Especialmente es vtil para los hõbres mancebos de caliente y seca complexion, y para los que habitan en region semejante. Esto entiende Isac de ganado ouejuno castrado, pues este tal ganado es mas humedo que el cabruno, aũque sea castrado lo qual se parece por el mismo en otra parte, a donde dize. La carne del cabron es tenida por carne de animal reuegido. Y Auerroes encomiẽda las carnes de los castrados, pues despues de las carnes del cordero, y otras loables carnes q̃ auia cõtado dize. Que es mejor la carne d̃ los carneros y esta es la opinion de la mayor parte de los phisicos. Excepto del Galeno, el qual vitupera las carnes d̃l carnero. Esto dezia Auerroes, pero esta opiniõ leuantose la al Galeno, pues sintio lo cõtrario como claramẽte parece en lo de alimẽtis, adõde dize. La carne de los carneros castrados es mejor q̃ la d̃las ouejas y cabras, pero la carne de los carneros antiguos y viejos es muy mala. Ytãbien q̃ los cabrones castrados dẽde cabritos si fuerẽ de edad florida tãbien son aprouados, y Isac, dixo los cabritos ya crescidos de edad florida castrados son mejores que los que no estan castra-

Idẽ uniuers. diet c.13. c. 5. Auer. 5. col.

Gal. de alimẽt. cap. 1.

Isac diet. part.

strados, porq̃ su carne no es de tanta agudez, y su sequedad estemplada, y por esso es mas sabrosa y mas facil de digerir. Porque si fuere de los que no estan castrados y son grandes sera vituperable inhabil para la digestion y mantenimiento. Pero si el tal cabrito fuere crescido y castrado, o de leche sera bueno, porque en el castrado desminuye esse su agudez, y su carne se humedesce y adelgaza, y se haze mas sabrosa. Deue se tambien de aduertir, que comparando la carne del cabron con la del carnero, supuesto que el vno y otro sean castrados y de y gualdad en edad gordura, ha se de responder que es la mejor la del carnero. Porque si el carnero por castrar es mejor que el cabron por castrar tãbien el mesmo castrado sera mejor que el otro castrado, y ansi dixo Auicena la carne cabruna es seca y de mas difficil digestion que la ouejuna. De aqui se infiere que las carnes de los animales florẽtes en edad son mas loables que las de los castrados, como parece de lo dicho. Empero esto que se ha referido, es segun la opinion de los antiguos, los quales no conocieron la bondad de las carnes del carnero

Auic. cau. 2

© Biblioteca Nacional de España
© Biblioteca Nacional de España

nero de nueſtros tiempos: las quales ſon tan loables, aunque no ſean caſtrados, q en todo tiẽpo que ſe coma jamas cauſa faſtidio. Come ſe todo el año en Eſpaña, y Francia, aſſi en las meſas de los grandes como de los medianos, como de los pequeños. Aũque los carneros de otras partes no tienẽ aquella ſuauidad ni bondad que tienẽ los de Eſpaña. Porque los carneros de Italia ſon duros de digeſtion, y no tienẽ aquella bondad ni ternura que los nueſtros. Empero los carneros capados tienen grande bondad en ſus carnes, porque ſon muy faciles de digeſtion, dan mucho y buen nutrimento, eſpecialmente ſi ſon apaſtados de buenas yeruas: y mejores ſon los que paſcen en montes y partes remotas de los poblados, que los que ſe apaſcientan en las eras jũto a los pueblos porque los que aſſi ſe apaſcientan tienen mas ſuperfluydades por el ocio, y por la yerua mas viciosa y humeda. No ſe deuen caſtrar antes de cinco meſes. Llamanſe en latin los caſtrados veruezes. Y los por caſtrar Arietes porque ſe ponian en las aras para el ſacrificio. Los Arietes que ſon los no caſtrados, no tienen tanta bondad con mu-

mucho, porque tienè vn mal olor y vn ſabor de la mala qualidad de la ſimiente, y por eſſo no es ſu carne aprouada, y no ſe digere con facilidad. La carne del cabron es muy ſeca y de difficil digeſtiõ, y fue tã aborreſcida de los antiguos que los ſacerdotes no auian de tocar a ella, o porque eſte animal es muy luxurioſo, o porque es muy enfermo, porque dize Plutarcho, que padeſce gota coral, y que los que le comieren ſe inficionaran de eſte mal. Dize Galeno, q̃ eſta carne ſe ha de comer fria, y dize, que no es tan mala la carne deſte animal quando los arboles empieçan a echar hojas, y aproduzir ramos, y pimpollos: porque eſte es ſu proprio paſto: y ſi ſe empieça a digerir da grã fuerça, y firmeza al cuerpo. Traeſe por exemplo vn varon Thebano, el qual por comer carne de cabron alcanço grãdes fuerças. Empero dizeſe, que echaua gran hedor de los ſobacos, y de todo el cuerpo.

De la carne de bueyes y uacas.

CAP. XX.

COMO

© Biblioteca Nacional de España
© Biblioteca Nacional de España

COMO lo dize Isac. La carne de bueyes y vacas es fria y seca. Y no es de marauillar pues es de los animales grandes terrenos. Y por ende en comparacion de los animales o ganados menores como son ouejas cabras, puercos, es mas seca, por seca que sea la de la cabra. Y por ende dixo en otra parte, que la carne de vaca causa sangre melãcholica y mucho nutrimento resistiente a la digestion: tarde se despide del estomago dificultosamente se desmuele en los miembros, aprieta el vientre, dizẽ Gal. y Hipp. que es carne indigestible y que no puede de qualquier estomago cozer la. Y si los que la comen son melancholicos, criã baço padescen quartanas, corrompen se les sus complexiones, y caen en hidropesia, y algunas vezes se les engendra de la tal comida cancer, lepra, y por esso dize el mismo Isac, o quantos daños trae la carne de la vaca, y tantos mas quãto mas fuere vieja, engendra melancolia, es difficil de digestion, porque es muy seca de su complexion, especialmente trae estos daños en los cuerpos melancolicos. Y es muy mala para

Gal. com. 4. de uictu acutorum.

para los que tienen tosse y ruptura en los pulmones porque como dize el Galeno no solo daña a los vasos rompidos de los pulmones. Empero haze y causa daño en los instrumentos dela respiracion. Aunque esten buenos, porque causa tensiõn, y calor, y ventosidad, ansi lo dixo el mismo Hyppocrates en el texto. Porque entre las cosas que dañan a los que padeciã asmas cõtola vaca diziendo. *In his interdicere oportet porcinam, ouinam, & bubulam carnem in his difficulter sperantibus clamore & iracundia est abstinendum.* La de los viejos bueyes es abominable de naturaleza de madera resistente a la digestion, muy seca, y por esso ni da sabor ni nutrimẽto, y dixo Galeno que sẽdo los bueyes de edad florida son no de poco mantenimiẽto. Empero gruesso y engendran sangre muy mas gruessa de lo que conuiene. Y si el que las come fuere melancolico acarrearle han alguna enfermedad de melancolia. De aqui se parece, quan mala sea la carne de la vaca, o buey, aunque sea el vso en cõtrario, pues la mayor parte de los hombres comen sus carnes en estas tierras, por ignorar su grã malicia. Guardense pues todos destas carnes

Gal. 6 epidemiorũ cõ. 4.

Hip. 6. epi. demion.

Gal. 1. de alimã. cap. 1.

© Biblioteca Nacional de España
© Biblioteca Nacional de España

nes, en especial los melancolicos. Porque aunque de las vacas crecidas, y de buena edad, se engendre mucho mantenimiẽto. Es grueſſo, negro, no lo comã ſi no los que mucho trabajã. Eſto dixerõ Auic. Galeno y Raſis. Añadeſſe tambien a eſto q̃ nunca los dueños de los ganados o los labradores vẽdẽ el buey rezio y gordo de buenas carnes, porque eſte guardan le para arar, ſino el flaco, y magro, o pierni quebrado, o muy viejo, o enfermo: ſino fueſſe venditſſen el jouen y rezio por pura neceſsidad. Y en muchas partes y ciudades eſta vedada la carne del buey, o vaca enferma, y cõ mucha razon: porq̃ la tal carne es cauſa de muchas muertes en la pobre gente, y cauſa, pthyſicas y enfermedades que de guellan de preſto. Muchos falan las carnes de bueyes y vacas enfermas para dar de comer a las familias, lo qual es gran daño y perjuyzio, porque vna carne tan mala y viciosa que puede accarrear ſino humores corruptos y mortales, come ſe por que no haga daño con ſalſa hecha de moſtaza y miel y pã porque corrige ſu malicia, y adelgaza ſu ſubſtancia y haze la apetitoſa. Tiene la carne de la vaca vna propriedad que reſucita la gana de comer, engorda ſe muy bien ſi juntamente con el heno y yeros le dan los orujos de las vuas, porque mantienen, y por razon de la vinoſidad dan fuerça. Eſta carne no ſe aſſa porque ſe torna mas ſeca y ſi alguna parte del buey ſe aſſa, ha de ſer la carne de las coſtillas y come ſe con ſalſa hecha de vino y vinagre y pimienta y ſal. Antiquiſsimamente ſe aſſaua la carne de la vaca. Como lo cuenta Homero: el qual dize que el rey Agamenon combido a Neſtor, y a Aiax, y que les puſo en el combite coſtillas de vaca aſſada. Y que Menalao por gran regalo dio en vn cõbite a Telemacho vna coſtilla de vaca aſſada. Y en el primero de los Reyes Samuel por regalar mas a Saul le mando poner vn ombro aſſado de cordero. O marauilloſa templança y modeſtia de inuencibles Reyes y capitanes, quien en eſtos tiempos por de baxa condicion y ſuerte que ſea, no pone en vn combite carnes muy mas delicadas.

Auic. 2 par. cap. 25.
Gal. lib. de aliment.
Raſis. cont. lib. 23. c. 73

De la carne de las liebres conejos y zorros.

CAP. XXI.

Pues

© Biblioteca Nacional de España
© Biblioteca Nacional de España

DES ya hemos tractado de la naturaleza de las carnes de los animales domesticos, tratemos aora de la de los monteses, y vengamos primero a las liebres tan buscadas por caça de los mas nobles como mantenimiento muy suaue, pero no del parescer de los sabidos. Pues dixo Isac, las carnes de las liebres, y de la zorra y de otros animales de esta suerte, no son semejantes a la naturaleza humana, mas por contrario son de muy mal nutrimento, lo qual se paresce por la grauedad de su olor, y por su hedor, y en otra parte dixo. La liebre es seca engẽdra sangre gruessa, por esso es conuenible a los q̃ quieren mudar su complexion en caliente y seca, y contraria a los delicados, y holgados, y a los que comen manjares delicados, lo mismo dixo Galeno, y Rasis, que ella y las demas animalias montesinas engendran melancolia. Empero aunque Rasis dize, que las carnes de las liebres se deuen adobar con especias y cosas aromaticas para adelgazar el mantenimiẽto grueso q̃ tienen. Lo contrario hallan los monteros

Isac. uniue. diet. cap. 13.

Gale. lib. de attenuante uictu.

Rasis. 25. cõtinẽt. c. 1.

teros por experiencia, porque como sea carne seca y exercitada mejor se prepara con cosas humedas: empero las liebres pequeñas de seys meses, y de ocho meses, son tenidas por mãjar delicado, y mucho mas las de dos y tres meses: porque cierto son de gran suauidad. Las que passan de vn año ya son tenidas por de mal nutrimento y desgustado, y son de tan mal nutrimento las viejas que se tiene por refran en Frãcia, que ellas y los ansarones viejos son manjar de demonio. Empero los ombros y el pecho de la liebre son tenidos por lo mejor de su cuerpo, si se cuezen con vino y agua, y sal, y pimienta. Otros alaban mucho sus ancas: conseruanse en pã muchos dias las liebres. De dos meses pueden se dar (segun opinion de muchos medicos) a los enfermos y conualecientes. Y dizen muchos, que las liebres rezien nacidas, o sacadas del vientre de su madre sin que le saquen cosa alguna de sus entrañas assadas, o cozidas, son vn muy suaue alimento, y llaman a este guisado lebrada. Y dize Delphilo, Que ay gran abundancia de liebres en la isla llamada Asipalea: multipli

O case

© Biblioteca Nacional de España
© Biblioteca Nacional de España

casse tanto este animal q̃ segun escriue Herodoto, puedē parir sin macho, y vno cria y otro tienen en el vientre. Y vno paren y otro tienen empezado a formarse: y si ansi no fuesse en breue tiempo peresceria todo genero de liebres, porque son caça de hombres, de culebras, de aues de rapiña, y de otras muchas fieras. Dizesse vulgarmente, que el vso de comer muchas liebres buelue el rostro hermoso y por esso dio este mote Marcial a Gellia.

Si quando leporem mittis mihi Gellia dicis
Formosus septem Marce diebus eris.
Si non derides si uerum Gellia dicis.
Ediſti nunquam Gellia tu leporem.

En Romance.

Embiandome vna liebre
Gellia dixo la galana,
come desta vna semana
y saldras hermosa en breue.
Respondile en continente.
segun aquessa razon
ni liebre, ni lebraton
comiste perpetuamente.

De

De los conejos no tengo que dezir, sino que son de la misma naturaleza q̃ las liebres: en effecto son liebres pequeñas de debaxo de la tierra. Empero su carne es mejor que la de la liebre, y de mas facil digestion. No hallo quien hable della sino Platina, que dize esto mismo. Y Galeno dize, que en vnos lugares se hallan todos linages de animales, ansi como en España a donde se halla vn animal semejante a liebres pequeño, que llamā conejo, y abaxo dize que de estos animales liebres y conejos los que fueren mas gordos son mejores, los q̃ no lo fueren son peores: lo qual se halla por experiencia. Esto es lo que dize Galeno. Empero vuo siempre tan taabundancia de conejos en las islas de Maiorca y Menorca, que segun escriue Strabon, fue necessario que Augusto Cesar embiasse ayuda contra ellos. Los que se crian en las casas son de diuersos colores, porque vnos son blancos, y otros son negros, otros pardos, otros bermejos: son peores que los monteses y de carne muy humida y desabrida. Los monteses son mas suaues y tiernos si fueren nueuos, los de vn mes, o de mes y medio se pueden dar

© Biblioteca Nacional de España
© Biblioteca Nacional de España

salubremente a los enfermos: son pardos siempre y de color de la tierra, y por esso se veen con difficultad. Y no ay animal que tanto huela y sepa al manjar que come como el. Porque si se apascienta de retama sabe a ella, si Enebro sabe a Enebro si tomillo sabe a tomillo: lo qual no acaesce a las liebres. De las zorras dize el Galeno en el mismo libro, que en otoño por vendimias es buena su carne: porque se hartan de vuas. Empero como sea animal que no se come, no ay que tractar del, si no que sus pulmones, o liuianos son tenidos por muy saludables para los phisicos: Empero en los cuajos de las liebres se experimenta tanta virtud y en la matriz q̃ tomando se hechos poluos quitan las camaras y puestos sobre los oydos quitã el dolor, y q̃ con su sangre se quitan las manchas de la cara como lo dizen Galeno y, Auicena y el sexto Pitagorico.

De la carne del Cieruo de la Gama y Cabra montes.

CAP. XXII.

AVN-

AVNQVE algunos medicos en sus consejos, como veo, alaban la carne de los Cieruos y Gamas empero no es conforme sino muy contrario de lo que los antiguos escriuieron della. Porque si ellos lo expirimentasen y leyessen a los antiguos, no se arrojaran ansi a hablar. Pues dize Rasis, las carnes de los animales que van a viejos es de dificil digestion y de mal mantenimiẽto, y la carne del Cieruo no es de menor malicia conuiene a saber que la de la vaca, cabra, y liebre, pues en malicia de mantenimiento, y de dificultad en la digestiõ no es menos maliciosa. Y despues dize la carne del Cieruo engendra sangre melancolica, y es de difficil digestion, empero mucho ayuda a su digestion, el trabajo y exercicio antes de comer la, y despues de auerla comido anden vn poco, y duerman sobre el lado yzquierdo, Este parecer fue tambien de Galeno, pues en el lib. de Attenuate victu, dixo, despues d̃ la carne de los Asnos, viene la de los Cieruos, por lo qual se deuẽ guardar de comerlos, Y Auicena dixo, la carne de Vaca, de Cier- *Auic. 2. can. cap. 146.*

© Biblioteca Nacional de España
© Biblioteca Nacional de España

uo, de cabras monteses, y de aues grandes hazen venir quartanas. Y Isac dixo que la carne de los ciervos engendra melancolia. Pero mejor es la de leche, tras esta la de los ya crecidos. Empero la de los buyes es abominable. Con todo esso, si los ya jouenes fueren castrados seran mejores, porque su calor, y sequedad se tiẽpla por la castraduca. Pero no los han sino los señores y grandes, porq̃ los crian dentro en sus vergeles. Porende, estos tales se diran domesticos, y su carne sera loable, si como digo, fueren chicos, o ya algo crescidos, porq̃ se les acrecẽtara doblada humedad, vna del ocio y sossiego que hã tenido en los vergeles, y otra de la edad, la qual se tẽplara cõ la mucha sequedad de su complexion. Empero aqui aora no tratamos sino de los monteses. Dizen algunos que el q̃ come carne de ciervo, no terna calentura. De los cuernos ante q̃ salgan a fuera quando estã cubiertos de cuero se haze vn guisado real, cozie[n]dolos primero, y despues friendolos. Empero de la carne de la cabra mõtes dezimos, q̃ es la mas aprouada entre las carnes de todos los animales mõteses, y ansi lo dixo Isac, con autoridad del Gal.

Isac dictis. tract. 1. c. 15

Galeno. Los animales mõteses no son tã sabrosos, como los domesticos, fuera de las cabras, las quales como sean monteses son mas sabrosas y mas loables, y de mas nutrimẽto, porq̃ de su mucho mouimiẽto y trabajo, se buelue su sangre muy subtil, y su cuerpo se haze mas raro, y sus poros se abrẽ mas, y sus humores, los quales son causa de vn graue olor que tienen, se dissueluen. Y despues añadio, las animalias domesticas son mas sabrosas, y de mas nutrimento que las mõtesas, excepto los cabrones, o cabras mõteses. Y Rasis dixo. La carne del Gazen, que es cabra montesa, se tiene por mejor entre las carnes mõteses, y la sangre que della se engendra carece de superfluydad, empero declina a melancolica por su sequedad. Pues luego quede por conclusion, Que la carne de la cabra montes es la mejor, empero que absolutamente no es loable, porque es melancolica, como todas las de mas carnes monteses. Y porende manda Rasis. 4. aphorismorum, que se cueza con azeyte, y ansi se quita mucha parte de su sequedad, y se haze muy deleytosa de comer, y es conuenible para la perlesia fria.

Rasis. 3. ad Almã. ca. 9

© Biblioteca Nacional de España
© Biblioteca Nacional de España

Auic. 2. cā. Y Auicena dize, la carne del Gazel, que es cabra montes, es mejor de las monteses, aunque declina a melancolia, y poresso la adereçamos con cosas humidas. La causa d todos estos sus prouechos es por su grā ligereza y gallardia, y por su cōtinua corrida y grandes saltos. Empero de la Gama que es el Corço, no diremos mas de q̄ es de la misma naturaleza q̄ la Cabra montes, como lo escriue Platina, Y della dixo Rasis, que se engendra sangre cercana a melancolia. Empero es mas loable que la del ciervo y de la vaca, y dize se que su carne de la cabra montes, o sus sesos dados a comer al niño, antes que mame, le preserua de Alferecia, como lo trae Iuan Vrsino del sexto Pytagorico, y Plinio, aunque el Plinio dixo aprouechar para qualquiera en la gota coral.

Rasis. 23. cont. c. 703

De la carne del Erizo.

CAP. XXIII.

PAresce de lo dicho, y delo que se dize, que mientra las carnes son mas semejā tes a la naturaleza humana son mejores y mas conuenibles. Digo lo, porq̄ Isac dixo. Que por esso la carne del Erizo es de malino nutrimento, porque es muy dessemejante y muy differente de nuestra complexiòn. Y porende no se deue comer por via de nutrimēto, sino por via de medicina algunas vezes. Pues el mismo dize, que la carne del erizo tiene virtud y fuerça de ensoluer y dessecar, en especial conforta el estomago, relaxa el viētre, prouoca vrina, es vtil a los que estan promptos a padescer lepra, lo mismo quiso Serapion en el proprio capitulo del Erizo, a donde dixo, quando el Erizo se dessec̄a d fuerte que se puede hazer poluos que se beuen, conuiene a los leprosos y a los que tienen mala y corrupta complexion que predomina en sus cuerpos, conuiene a espasmo, a dolencias de riñones, a hidropicos. Lo mismo quiso Auicena adonde tābien dixo, que la carne falada del erizo cōuiene a perlesia y espasmo y a todas las

Isac uniuer dict. ca. 13.

Serap. cap. de erizo.

Auic. 15. cap. 6.

© Biblioteca Nacional de España
© Biblioteca Nacional de España

enfermedades de los nieruos, y a la lepra, por la fortaleza grande de desecar y resoluer. Esto mismo dixo Rasis, por authoridad de Bimasui, la carne del erizo conuiene a ptificos, lepra, spasmo, dolor de riñones, en especial si se desseca, y se haze poluora y se beue. Y dixo mas que el erizo montes es admirable para ensoluer lamparones y ñudos cirrosos y nieruos, y su ceniza vale mucho para el que se vrina en la cama. Por donde se saca por conclusiõ. Que es bueno por via de remedio curatiuo, y no por via de mantenimiento, o por que no mantienen, o muy poco si tienen alguna gracia en su carne, es de parte del otoño, porque entonces comen fructas, y las guardan para el inuierno, porque reboleandose sobre la fructa la lleuan hincada en las puas a sus agujeros: dizese de de su carne que cae sa difficultad de orina quando muere viendo a su matador, porq̃ cõ el miedo se derrama su orina por sus carnes. Empero si le matan derepente sin que el vea al matador, que por el contrario su carne comida socorre a la difficultad de orinar. El puerco espin tiene la misma propriedad, en quanto toca a su ruyn

Auic. 15. ter. cap. 6.

suin mantenimiento, engorda de parte de inuierno porque assi engordan las animalias que por el frio se esconden. Las carnes de camellos d̃ leones, de ossos, de onças, de asnos, cauallos, todas son malas, difficiles de digestion, melancolicas, aunque algunas dellas son medicinales. La carne del camello caliente y seca, prouoca a vrina. Empero de estas carnes, la del asno es de mas delgado mantenimiento, y despues la del cauallo, la del camello es peor que ninguna. Lo qual sintio Galeno en el libro de attenuante victu. c. 8.

De las Nutrias y Castorios, de su alimento y propriedad.

CAP. XXIIII.

LA Nutria, que en latin se dize Lutra (porque casi siẽpre anda en el lodo, o lauãdose en la agua) es vn animal d̃ quatro pies q̃, viue en las lagunas y rios, y su carne huele a pescados, es d̃ naturaleza castoreo de muy mal mantenimiento grueso, viscoso

© Biblioteca Nacional de España
© Biblioteca Nacional de España

coso, flematico, digierese cõ difficultad suelen comer su carne los labradores y gẽte del campo. El castorio muerde terriblemente, tiene la cola de pescado, y lo demas es como la Nutria, y por esso tiene la cola en la agua, y lo demas del cuerpo en tierra. Comese en Alemania la cola en quaresma por pescado, y no lo demas y por esso tiene la cola llena de escamas. Haze agujeros junto a los rios, por tener la mitad del cuerpo en agua, y la otra mitad en seco, es del mismo nutrimento que la Nutria, y su cola como quiẽ come de vn barbo grande, y por ende es de ruyn mantenimiento viscoso, y no carese de ponçoña. Los gatos tãbien los comẽ algunos, y para q̃ sepan biẽ los açotan con vnas vergas y los guisan, o assan, y echan la cabeça a mal, porque dizen, que torna locos a los q̃ la comẽ es de ruyn mãtenimiento grueso y de mal olor, y dizẽ los sabios, que su carne buelue ptificos, a los que la comẽ, porque es pestilencial. Tambien ay personas que comen ratones pero no ay que tractar de vn tan sucio animal engendrado de la podre del estiercol, y tierra carcomida: dize se del, que dado a co

a comer en vn pastel, o en q̃lquier guisado quita los hechizos y la furia de la melancolia, y se ha hallado por experiencia. Dizen tambien, que desollado, y assado, o cozido sana a los ptificos, y que sacadas todas sus entrañas y cozidos con azeyte y sal y dados a comer socorren a los q̃ sin sentir se mean en la cama, especial a los niños, crescen sus higados y baços cõ el crescimiento de la luna.

De la comparacion de los animales quadrupedes, cõ las aues, y qual sea entre ellas mejor carne, y algunos notables de las aues.

CAP. XXV.

VES ya hemos tractado de los animales quadrupedes tractaremos d̃ las aues y primero de las domesticas, y despues de las montesses. Pues luego haziendo comparacion entre los animales quadrupedes de quienes hemos tractado, y entre las aues, diremos por autoridad de Isac, comparando en commun las aues cõ las *dietis c.16.* *Isac uniuer*

© Biblioteca Nacional de España
© Biblioteca Nacional de España

las animalias de quatro pies. Las aues son de menos nutrimento, pero mas delgado y subtil y mas facil. Lo mismo dixo en las particulares dietas assi. Los animales volatiles tienen en comun carne mas ligera que quantas ay, y son mas faciles de digestiõ que los de quatro pies, pero no mantienen tanto. Y tambien Rasis dixo. La carne de las aues es de poco mantenimiento de presta digestion en comparacion de los otros animales, y mas abaxo dixo, la carne de las aues es de mas fuerte sequedad que todas las otras carnes, y Galeno dixo. Toda carne de aues es de menor mãtenimiento si se compara con la de las otras animalias, especial si se compara con la del puerco, porque no ay carne de tãto mantenimiẽto como esta. Empero la carne de las aues es de mas facil digestion, especial de las perdizes, fayanes, palomas gallinas, zorzales, ficedulas, y de otras aues pequeñas, la razon es. Porque la carne de las aues es de mayor sequedad como lo testifica Auice. y declara, que la carne de las aues aora sea assada, aora no, restriñe el vientre. Finalmente, todas las aues son de menos humidad que las otras animalias.

Auic. 2. can. cap. 146.

En

En especial las perdizes, tortolas, starnas porque estas son menos humidas que ningunas, y por ende mas magras. Por lo qual se han de comer quando estuuieren gordas. Y por esso tengamos esta regla, que es necessaria. Todas las aues que son secas y magras de suyo, se deuen comer quando estuuieren gordas, todas las aues que de suyo son gordas y humidas se deuen comer quando estuuieren magras. Y este pareser es de Isac, porque la magrez corrige su humidad, y tiempla su complexion. Empero comparando las aues montesas cõ las domesticas, las mõtesas son menos humedas de mas facil digestion tienẽ carne mas tierna por su raridad de miẽbros y por la sequedad y subtileza de los ayres q̃ gozan. Lo contrario hemos de dezir de las aues domesticas. Empero estas mas mãtienen y son mas templadas y engendran mejor sangre por su humedad que tienen templada, y por su moderado trabajo. Pero las aues domesticas que biuen en los campos son muy mejores que las que biuen en las casas, porque no comen mas de uo de lo que les basta y porque se exercitan y mueuen mas, y es doctrina de Isac.

Isac dietis. uniuer. c. 16

Final

© Biblioteca Nacional de España
© Biblioteca Nacional de España

Finalmente se tenga por regla general, q̃ las aues domesticas en casa engordadas con cuydado y no exercitadas no son conuenibles para la sanidad, en especial, si las tales aues son humedas de su natural complexion, como son las anades. Empero si las tales aues fueren secas de su natural deuense de engordar con cuydado. Y ansi dixo Isac. Las aues que de suyo son secas no se deuẽ comer sin que primero se engordẽ en casa con cuydado. Lo mismo se deue entẽder de las que son calidas, como son las perdizes, y tortolas. Deuese tambien de aduertir: que las aues en especial las humedas no se deuen comer muy chicas, y cercanas a su nacimiento, ni viejas, sino ya crecidas de su nátural, han se de comer luego siendo pequeñas. Ha se tambien de tener por regla necessaria para la sanidad que no se coman las aues luego como fueren muertas, especial si de suyo son duras o mõteses, pero despues de muertas se hã de estar assi vno, o dos dias, porque se paren tiernas y manidas. Especialmente si las tales son monteses. De lo qual Isac limito tiempo diziendo. Que si fuere inuierno estan muertas de vn dia antes, si fuere estio

Isac dietis uni. ca. 116.

Isac dietis uniu. ca. 16.

estio, basta que las q̃ se han de cenar esten muertas por la mañana. Esto se entienda si las aues fueren monteses o de agua, o duras porque si son tiernas y humidas de suyo, como son los pollos, no han menester estar manidos tanto tiempo. Empero la bondad de las carnes de las aues se differencia en ellas segun los tiempos, y segun sus edades, y segun los lugares en que habitan, y segun el ceuo, segun el tiẽpo, por que vnas tienen buena carne en verano, como los palominos, los quales son buenos en verano y malos en estio. Assi lo affirma Aristoteles. Empero si el verano es lluuioso son malos y duros: porque impedidos con el tiempo no pueden salir a beuer, y por esso son muy magros y duros de digestion. Otras tienen mejor carne en el estio mas que en otro tiẽpo, como son las aues que se ceuã de espiga y grano. Tales son las tortolas, perdizes, gallinas, capones. Otras tienẽ mejor carne en el otoño, como son las aues que se ceuan de fructa, conuiene assaber, vuas, higos, mançanas, tales son las aues llamadas ficedulas, o los tordos. Otras tienen mejor carne en el inuierno, tales son las mierlas los zor-

© Biblioteca Nacional de España
© Biblioteca Nacional de España

zales, los ansarones, gruyas, anadones, auancos, y todas las aues que viuẽ en agua. En general las aues son vedadas en tiempo del otoño. Como lo dize Plutarcho, porque en este tiempo estan enfermas y flacas, y en tal tiempo son pollitos, y su carne no esta hecha. Tambien en el tiempo que se ayuntan son de mala carne y flaca, especialmente si fueren aues syluestre, y ni mas ni menos quando crian, y estan sobre los hueuos: porque con el cuydado y solicitud de criar los pollos, comen menos, y se enflaquescen. Empero al tiempo que ponen son de buen mantenimiento: porque tienẽ el vientre lleno de hueuos. En general todas las aues ponen en qualquier tiempo, excepto por el inuierno. Otras aues tienen en vna edad mejores carnes que en otra. Pues los pollos de las palomas son mejores que sus madres, aũque no sean viejas, y ni mas ni menos los pollos de las perdizes, y de las codornizes. Las pollas son mejores que las gallinas. Y los capones nueuos mejores que los viejos. Otras aues tienen mejores carnes en vnos lugares que en otros, como las codornizes, y las tortolas, de mejor car-

carne son en los lugares calientes, que en los frios. Los ansarones mejor carne tienen en los lugares aguosos y lagunas que no en los lugares secos. Y muchas aues se mudan de vnos lugares a otros, porque vnas aues se hallan mejor en lugares caliẽtes, como son las codornizes, y otras en lugares frios. Otras tienen mejores carnes por el ceuo mejor, porque todas las aues de pico encoruado, como son los cernicalos, milanos, aguilas, buytres mejor carne tienen quãdo comen carne, aunque estas se deuen siẽpre euitar, como de mal nutrimento. Como tambien las aues que se ceuan de gusanos, como los silgueros, los auiones, y las q̃ se ceuan de moscas, como el ligurino. Empero las q̃ se ceuã d̃ grano, y fructas, como son las palomas, perdizes son mejores. Y las que se ceuan en las lagunas de pescados. Empero conocerse han de que se mantienen en el olor porq̃ las q̃ comen hormigas huelen a ellas, las que comen pesces huelen a ellos, y las que se ceuan de cieno huelen a el, ansi de las demas.

De las gallinas y sus crias y capones.

© Biblioteca Nacional de España
© Biblioteca Nacional de España

AVISO DE

CAP. XXVI.

TODOS los mas authores antiguos conuiene, en que los pollos dias gallinas son de mas loable y saludable carne de quantas ay, y ni mas ni menos dela gallina, especial de la que aun no ha empeçado a poner hueuos. Y assi lo dixo Auic. de los pollos o gallos es el mejor el que aun no canta ya, sino que empieça a cantar, y de las gallinas la que aun no ha puesto hueuos. La causa es, porque la carne de las tales aues es templada y de mas leue y facil digestion de quantas aues ay. Engendra loable sangre, conforta el apetito, es conuenible a todas edades y complexiones, como lo dize Isac. Mas dize Auicena enel mismo lugar, que la carne de las pollas aumenta el entendimiento. Y por esso dixo Auerroes que la carne de las gallinas nueuas es la mejor de todas las aues, y tiene admirable propriedad en templar el calor. Y por esso su potaje es muy bueno para los leprosos. Y tiene se por creydo que los

Auic. 2. can. cap. 292.

Isac uniuer. diet. c. 16.

Auer. 5. colliget.

© Biblioteca Nacional de España

los sesos aumentan la substancia del celebro, y aguzan el ingenio. Empero dize Isac, que la gallina nueua es menos humida que los pollos, y por esso en comparacion de ellos es mas difficil de digestion, pero de mas mantenimiento. Deue se en tẽder que no sea gallina vieja, ni muy gorda. De aqui se concluye, que la gallina es mas seca que los pollos, y por esso estriñe el vientre. Lo contrario es de los pollos, porque ablandan y humedescen, son mejores los que nascẽ ante del equinocio de Março que los que nascen en el estio porque estos nunca llegan a perfecion. Empero de los capones dezimos, segun Isac en el mismo lugar, que son mejores que las gallinas y pollos, y de mas loable mantenimiento, porque es templado en todas quatro calidades. Y dixo Isac, las mejores de las aues son las castradas y de los castrados los capones, porque engendran mejor sangre y prouocan a luxuria. Esto dixo dellos Isac, en sus particulares y vniuersales. De las gallinas dize Antonio gazio, que si se capan que son admirable mãtenimiento, y que se capan como capones y dize de autoridad de Galeno, ser esto

dietis portionibus.

Gal de semine lib. 1. ubi dicit, fœmina, excisis testibus mari castrato similis euadit.

© Biblioteca Nacional de España

verdad. Pero del gallo, dize Isac. Que si es de media edad jouen es mas duro de digerir, y de mas humedad que la gallina, tardo d penetrar por las venas, y mucho mas si fuere viejo. Y dixo mas el gallo es de mas calor que la gallina, y en su vejez adquiere vna salebrosidad, por esso es soluti uo de vientre, y su carne es inciſiua. Y dixo Galeno, que los gallos viejos cozidos mucho con sal, cominos, eneldo, puerros açafran, quitan las flemas, aprouechan ala colica, y al dolor del estomago, a ventosidad grueſſa. Pues luego los gallos son difficiles de digestion, porque son priuados de su humedad, y por la salebrosidad que tienen engendran corrupcion. Empero su celebro comido, dizese aprouechar contra la mordedura de la biuora, si se toma con agua enuinagrada, y pimienta, anſi lo dixo Ioan Vrsino.

Is cerebrum quærat quem læſit uipera morſu.
Huic tamen accedat poſca uel acre piper.

Ay tambien vn genero de gallinas de la india que llaman pauos en España, porq̃ casi

casi son de su grandeza, y tienen diuersos colores en sus plumas. Tienen las crestas caydas que parescen vn pedaço de carne colorada, que tambien esta dependiente debaxo el guarguero con notable longuitud, y bueluese de mil colores quando se espantan, son tenidos sus pollos crecidos acerca de los cortesanos, por gustosos y tiernos, pero quierē estar manidos de tres dias en inuierno. Los viejos son duros de digestiō, y los nueuos no faciles: porque tienen mucha superfluydad: cuestan mucho su criança.

De los Anadones, y Anſarones.

CAP. XXVII.

EL Anade segun dize Auicena es la aue mas caliente de quentas domesticas ay: empero de tal modo escalienta lo enfriado que trae a calentura. Y abaxo dixo, que su carne se detiene en el estomago, y es pesada, especial la carne del anſaron, pero sus alas son ligeras de digestion, y quando la carne de estas aues se

Can. 2. Trata. 2. cap. 42.

© Biblioteca Nacional de España
© Biblioteca Nacional de España

digere da mucho mantenimiento. Lo mis-
Serap. cap. debat. mo dixo Serapion, por auctoridad de Ga-
leno. La carne del Anadon caliẽta mucho
Y dize tambiẽ que tiene mucha humedad
y por esso es graue y pesada. Pero aclara
el color, y la boz, y engorda y haze aumẽ
to en el esperma, engẽdra ventosidades.
Y porque es blanda y vntuosa es graue pa
ra el estomago, da fuerça al cuerpo. La cau
sa de todo esto es, porque es muy humeda
Isac dic. uni uer. cap. 16. a predominio, y dixo Isac. El Anadõ, An
saron, y Abestruz, son aues mas humedas
que quãtas ay, especial si se crian en casa.
Y por esso son duras de digestion. Y mu-
cho mas si se crian en lagunas, y por esso
son dañosas al estomago y agrauan, y cau-
san putrefacion, por la mucha y superflua
humedad. Empero otra cosa se ha de dezir
de sus alas, porque son faciles de digestiõ,
por su mucho mouimiento. Y ansi en los
Ganssos, Anadones, no se deuen comer si
no las alas, y el pescuezo, porque toda la
Auic. 3. pri doct. 2. c. 7. Raf. lib. 3. ad almã. c. 9 otra carne, aunque sea de mucho manteni
miento, es mala. Como lo quiso Auicena
Y como lo quiso Rasis los quales dizen,
que su carne es semejante a la de la oueja,
por su mucha humedad. Y dixo Auicena,
que

© Biblioteca Nacional de España

que los higados de estas aues son buenos
y suaues y de buen humor, y que por esso
suelen detener el fluxo de camaras del hi
gado: como lo dize Rasis. Suelẽ enfermar *Rasis. 4.*
los ganssos dende el estio hasta el otoño, y *aphoris.*
porende en tal tiempo son muy dañosos.
Y dizesse que el caldo del ganso es re-
medio contra el toxico, y ponçoña.
Con las enxundias del ansaron se hazen
rellenos muy gustosos, y otros guisados
que no son de tanto daño como los que se
guisan con otros pringues. Deue se la car
ne de estas aues assar, y no cozer, y echar
la mucha sal porque se consuma su super
flua humedad como deziamos, que se de-
uian de cozer las carnes gordas. Finalmẽ
te las carnes delos anadones, y ansarones,
son duras de digestion, y causan fiebres, ca
lenturas, por su mucha superflua humi-
dad. Guarden se de comer las los holga-
dos, y regalados. Los mejores son los chi-
cos y algo crescidos, son muy malos los
viejos queden se para los infieles, que los
suelen comer salados, y ansi son melanco
licos de mal color, de mala costumbre. So
lamente se coman sus alas, y sus higados, y
la de mas carne, ya digo, es mala, por

© Biblioteca Nacional de España

que tiene gran humedad, y calor causa calentura, sus enxúdias son vtiles a los nieruos, y quitan las manchas de la cara, y es cosa esperimentada que si el anade se entierra, de su carne se haze escuerço, la causa es porque ansi el escuerço como el anade se engendra de vna misma materia que es de agua lluuia. Vrsino.

Buffones gigno putrida tellure sepultus
Humores pluui forte quod ambo sumus.

Y tiene se por cosa de experiencia que si se pone vn anadon sobre el vientre del que padesce dolor de tripas, o colica passion, que la tal passion se passa en el anadon y luego muere, y que el anadon que se cay del pico del milano o de otra aue de rapiña es muy suaue.

De los pollos de las palomas que se dizen palominos.

CAP. XXVIII.

LAS

LAS palomas, vnas son siluestres otras son domesticas. De las domesticas, vnas son criadas en casa, y otras en las torres. Y de estas hemos de tractar aora, porque las monteses o syluestres han se de dexar para los milanos, la razõ es. Porque fuera que son mas duras que la carne de las caseras, y que de las tortolas, y perdizes, son mas difficiles de digestion, y de mas superfluydad. Empero de los palomos domesticos, como lo dixo Isac, deue se dezir, que aunque en comparacion de las anades sean mas subtiles, y mas faciles de digestion. Empero en si absolutamente son duros y difficiles, por la mucha humedad superflua. Especialmente antes que comiençen a bolar. Porque quando ya buelan, entonces son mas tiernos y mas digestibles, q̃ de ninguna edad, porque empieçan a perder la pesadumbre que tienen, y porende su carne es apta a los que tienen flema, y dañosa a los coleri cos, y a los calientes y humedos. Lo qual quiso Auicena, pues dixo, en los pollos de las palomas que no comiençan a bolar, ay calor y humedad superflua. Pero los que ya

Gal. in libr. de attenuit. dieta. c. 8.

Auic. 2. canon. 134.

© Biblioteca Nacional de España
© Biblioteca Nacional de España

ya buelan son mas leues y de mejor mantenimiento, deuen se de comer con agraz, y culantro, y agro de limones, y deuen se de dar a los que está euacuados por sangrias y a los que estan frios y flacos de luengas enfermedades, assi lo dize Rasis. Y que la su carne es buena para los riñones, y acrescienta el esperma, y la sangre, como lo dize Auerroes. La carne de los palomos tiene humedad superflua, parescese por su pesadumbre y pereza, como tambien su calor, por su velocidad, y presteza de digerir, y por el mucho calor que se siente al tacto, y por esso no es de marauillar si tienen mucha humedad, y mucho calor inflamatiuo causador de calenturas, y por esso como dixo Isac. Los pollos de los palominos tienen mucho calor fuerte, y porende encienden la sangre, mayormente los monteses, porque estos son mas calidos que humidos, por lo qual facilmente se cõuierten, en colera en los que son coleri-cos. Y porende los antiguos, los dauan con agraz y limones, y escarola, y azederas, achicorias. Empero, porque los pollos domesticos criados en casa, son muy superfluos y pesados, pues en ellos pre-

Rasis. 23. cont. c. 703. Auer. 5. colli.

predomina la humedad, por esso son peores ó los de mas. Y fue parecer del Galen. los palominos de las torres son mejores que los que estan en casa, y finalmente todas las animales que se exercitan son mejores, que las que no se exercitan, y las que se ceuan con cosas secas, que las que se ceuan con humedas, y las que respiran en ayres delgados y tenues que las que respirã en los contrarios. Y Rasis. Los pollos palomos, son pesados para el estomago, y de difficil digestion, y que la carne de las palomas es mas caliente que otra qualquier carne de aues con su difficultad de digestion, y con su superabundancia de humedad, por lo qual muchas vezes presto engendra esquinancia, y fue causa q̃ vn hõbre llamado Califa muriesse, porq̃ comio della assada tres vezes en vn dia. Y Haliabbas affirma que la carne de los palominos es de mucha humedad, y mala sangre, que se engendra della es caliente y humeda de muy presta corrupcion, y que engendra fiebres de sangre. Y por esso dixo Auicena. La carne de los palominos es gruessa, detienese mucho en el estomago, por su mucha superfluydad. Y por esso los domesticos

Gale. lib. de attenu. nicti. cap. 8.

23. continẽ. cap. 703. authoritate Mesue cap. stomachi.

Haliab. 5. theo. ca. 23.

Auic. 13. 3. cap. 33.

© Biblioteca Nacional de España
© Biblioteca Nacional de España

sticos son reprouados, especial los que se criã debaxo de soterraños, y por esso se deuẽ dexar. Si no es preparandolos cõ cosas frias y secas, y assandolos pa prevenir a su superflua humidad. Empero los delas torres, o los monteses, porq̃ son magros, se deuen cozer. Y esto es lo que primero se deue hazer en quãto a su preparacion. Lo segundo que se ha de hazer, es que quando se matan los cortẽ las cabeças, porque tienen propriedad de causar dolor de cabeça, esto dixerõ Rasis, Auenzoar assi. Deues conoscer que en las cabeças de los palominos ay oculta propriedad de causar dolor de cabeça, y porende se deuen arrojar sus cabeças con los pescueços, y aparejando los palominos, de esta manera se haran manjar excellente declinante vn poco a calor. Y dizen de ellos los Philosophos, que tienen su carne admirable propriedad para el dolor de riñones, y para hazer passar la sangre corrumpida que se detiene, y estas dos cosas ay en ellos admirablemente. Empero no se deuen comer los pequeños sin pluma, porque son muy malos. Especial antes que comiençen a bolar por su mucho calor y superflua humedad

Rasis. 4. aph. Auẽz. ther. tract. 9. c. 11 & tract. 7. cap. 18.

dad. Por las quales calidades engendran mal nutrimento, son duros de digestion, corrompen el estomago. Y hazen muchos daños. Como lo dixo Isac. Su estiercol especial si es de palomo brauo quita lamparones ansi beuido hecho poluos como puesto por emplasto, quita tambien la piedra de vexiga y riñones, y la sangre de sus alas aprouecha a las cataras, ansi lo canto en su Prosopopeia Iuan Vrsino.

Isa. diet. uniuersis. c. 16.

Hinc cruor aereis roseus qui ducitur alis,
Miram luminibus conciliabit opem.

Empero deuese aduertir que al palomino campesino llama Aristoteles, Liuio, porque es cardeno en su color y tira a negro, tiene los pies colorados, es menor algo qne el de los palomares y de este no tractamos. Ay otro muy grande y dize se Palumbus, y es el torquaz, porque al parescer tiene vn cuello como oro. El casero se dize Columbus, y en romance duẽdo. Otro se llama en latin, vinago: porq̃ come orujo de vuas, o se mantiene de vides, y este se tiene por el delos palomares y es loado del Galeno, porque el duendo es

© Biblioteca Nacional de España
© Biblioteca Nacional de España

es pessado y duro, el torquaz es montesino, y por esso es mas duro. Empero comiẽdose en inuierno cozido se tiene por gustoso alimento, y aun el duendo nascido por el estio: porque en tal tiempo se haze mas presto para el buelo, y por ende mas facil para la digestion, aunque Aristotiles diga, ser mejores los nascidos en la primauera.

De los Pauones y su mala carne.

CAP. XXVIII.

OS Pauones, como lo dizen los modernos, son calientes y humedos en segundo grado, engendran melancolia, son de difficil digestion como lo dixo Isac. Los quales aunque sean de mas nutrimento que las anades, son empero peores que todas las otras aues, en dificultad de digestion, y dureza, y pesadumbre. Por lo qual ellos, y las gruyas, son yguales en malicia, no deuẽ de comer sino criados en casa, y si fuere inuierno, han de estar muertos

Isac uniuer. diet. ca. 16.

tos de tres dias, si estio de vn dia antes. Y esto, porque su carne este manida y tierna. Y cierto es cosa necessaria, porque la carne del Pauo es dura y de difficil digestiõ como lo dixeron Galeno, Rasis, y Aliabas: el qual despues que vitupero las carnes de las aues de agua, dixo. La carne de la Gruya es mas dura y mas difficil de digestion que todas estas, y ni mas ni menos la del Pauon. Pues luego deuen se huyr sus carnes, o si se comierẽ esten primero tres dias muertas y cuelguen las en alto y atẽ a sus pies vnas piedras. Y esto no solo se deue hazer en pauos y gruyas, empero y en todas las dmas aues, q̃ fuerẽ duras d̃ digestiõ. Y ni mas ni menos, en los animales q̃ drupedes, para q̃ sus carnes ansi estẽ mas manidas, y mas tiernas. Deuẽ luego, lo mas q̃ pudieren, los q̃ quieren viuir sanos, y no ser arrebatados subitos de enfermedades guardar se de sus carnes. Pues dixo Auicena que todas las aues grandes que tienen largo cuello como es el pauon, grullo, y el milano, y el palomino, son en sus carnes duras, y que todo lo que engendran en el cuerpo se haze melancolia. Porende aunque sean los pauos escogidos para las me-

Ga. 3. de ali. c. 18. & li. de solutione cõtin. Rasis cõ. 22. cap. 487.

Halia. 5. Theo. c. 23. Gal. 7. meo di.

Auic. ca. 2. cap. 146.

© Biblioteca Nacional de España
© Biblioteca Nacional de España

sas de los illustres y grandes, tengan por cierto que son de vituperable mantenimiento, y reprouados, y despreciados de todos los phificos sabios. Empero sus pollos quando ya tiene pluma y estan crecidos son mejores para comerse y por el dixo Antiphon que sus plumas eran hermosas y no su cuerpo. Su estiercol segun dize Plinio aprouecha para la gota y dize que es de tanto prouecho que el mismo pauon le come porque no aprouechetanto. Y dize mas que quando buela en alto es señal de pluuia y por esso dixo Iuan Vi sino en su prosopopeia.

Linque uiator inter pennis cum scandimus altum,
Transibit magno non sine rore dies.

Fue el Pauo tenido en tanta estima que se cuenta que Marco Aufidio glotonhizo de sus pauos en vn año sesenta mil nũmos, que son a nuestra cuenta, mil y quinientos coronados de oro, como lo refiere Bruyerino Cãpegio enlo de re cibaria.

De las perdizes y sus utilidades.

CAP. XXIX.

PVES

Ves ya hemos tratado de las aues domesticas, tiẽpo es que digamos algo delas monteses, empeçando den de las perdizes, pues son vnas aues muy alabadas, no solo de los modernos, empero y de los antiguos, y no sin causa, pues son de vn mantenimiento mediocre entre gruesso y delgado, aunque paresce declinar algo a delgado y subtil. Esto se paresce por Isac en las particulares, a donde puso este orden, las estarnas, pollos de perdizes, de gallinas, son entre las aues de mas subtil substancia, y despues de estas aues la perdiz, el fayssan, la gallina. A donde puso a la perdiz por de mas tenue substancia q̃ a la gallina, y en tanto grado que dixo en otra parte. Los pollos delas perdizes son subtiles en tercero grado, y las perdizes en segundo, y Auic. affirmo lo mismo diziendo. La carne del cubugi es de las carnes mas subtiles, porque es liuiana, y estriñe, y engorda, y haze augmẽto en el coito, y Auerroes dixo, de las mas loables carnes de las aues son las de las perdizes, y son semejantes alas de las gallinas del de

Isac dictis. uniue. dicti. c. 16.

Auic. can. 2. cap. 186.

Cubugi en Arabigo es perdiz.

© Biblioteca Nacional de España
© Biblioteca Nacional de España

sierto, y estriñen assadas y cozidas. Y Ra-
Rasis.3. sis la carne de la perdiz estriñe el vientre,
Alm.ca.10. y mantiene mucho. Y dixeron los philo-
sophos, q̃ el potaje de sus carnes quita la
putrefacion, y las carnes desecan la hume-
dad, y declinan a frialdad y sequedad. Es-
pecialmente son buenas para la corrupciõ
o putrefacion del estogamo, si se cuezen
con çumo de mançanas dulces. Finalmen
te, su carne en comparacion es calida y hu
mida, y en comparacion es fria y seca. Por
q̃ si el macho de las perdizes se cõparacõ
la hẽbra es caliẽte y humido, si se cõpara al
cuerpo humano, es frio y seco assi lo dixe
ron tõdos los sabios phisicos, pues por
razon de su sequedad restriñe el vientre,
la qual sequedad es en las perdizes predo
Isac ibidem. minante. Y assi parece por Isac, que de las
aues las que fueren secas de complexion
no se deuen comer, sino quando fuerẽ cria
das en casa y engordadas, tales son las tor
tolas, y las perdizes, y deuen se comer (co-
mo el mismo lo dixo) cozidas y no assa-
das, porque con la agua adonde se cuezen
se tiempla su sequedad, sino es que acaso
los que las comen fueren de cuerpos muy
humedos y lubricos, y relaxados, pues en
tal

tal caso mejores son assadas. Y porque co-
mo dize Platina, la vida de las perdizes se
pueden prolongar hasta diez y seys años.
Deue se de considerar, que no se pongan *Platina.*
viejas a las mesas de los señores, sino de
edad florida en juuentud. Porque quan-
quanto fueren de menor edad, tanto es
menor su sequedad. Y por el consiguien-
te tanto seran mas loables y mejores, y
por esso se deuen escoger las mas nueuas,
y mas gordas, que se llaman perdigones.
Y aunq̃ no pocos sabios digã que las per-
dizes no se pueden hazer mansas, y poner
se gordas, por experiencia esta comproua
do lo contrario, porque claramente se ve
que toman enxundia y gordura por tiem
po del grano, y de la fructa Hasta de edad
de vn año son muy buenas, y muy tiernas,
dende adelante valen poco. Esta es vna
aue muy luxuriosa, y no la ay en todas par
tes, porque ni se halla en Athenas, ni en
Boecia ni en Inglaterra, porque se aueri-
guo, que los embaxadores del rey de In-
glaterra, quando estauan en Francia, lleua
ron en jaulas ciertos perdigones y perdi-
zes a Inglaterra, pero luego murieron, y
no se pudieron conseruar. En nuestra Es

© Biblioteca Nacional de España
© Biblioteca Nacional de España

paña ay muchas, y mas en Francia, adonde se dize auer cierto genero de perdizes, q̃ ellos llaman Griseas, que no tienen el pico ni pies colorados, y son muy preciadas y de mucha suauidad. Y porende en Francia no son tã preciadas las del pico y pies colorados, y menos preciadas las que son blancas, porque tienen vn gusto desgraciado. Y ay authores que dizen, auer perdizes negras. Las perdizes de Italia son muy pequeñas y tienen vn color roxo tyrante a negro: y dizen que ay tierras adõde sus carnes por ser muy duras no se pueden comer. Theophrasto creyo, que en Paphlagonia tienen las perdizes dos coraçones. Hazense cierta salsa para comer las, de gran suauidad, con la qual aunque sean muy duras se hazẽ muy gustosas. Toman vna cebolla, y cuezen la en agua y añaden vn poco de sal, y vn poco de agraz, o de vinagre, y echan esta salsa sobre la perdiz assada, o sobre la gallina, o capõ, o pollo, y mueue mucho la gana del comer, y despierta la camara, y esto se halla por cosa cierta. Dizen tambien, que si alguno tiene perdida la memoria que se vnte las sienes con la hiel de la perdiz, y que con ella cobra

cobrara la memoria.

De las estarnas, y de los Fayfanes.

CAP. XXX.

AY vn genero de perdizes, las quales tienen los picos y pies colorados, y vulgarmente las llaman codornizes, como en realidad d̃ verdad no lo sean. Porque las codornizes, como veremos despues, son las que dizen ortegas, o gangas, y en Italia Quale y Qua quile, como es parecer de Simõ Ianuẽse, y del Pãdectario, alos quales se deue dar credito, como a varones de excellente doctrina. Y esto se parece, pues a la codorniz îlaman los griegos, ortix, que es ortega. Dize se esto a proposito de que las aues llamadas estarnas no son estas ortegas como algunos lo piensan, y parece se claro. Porque la estarna es templada de muy buen nutrimento. Empero la ortega que tambien se llama qualea, es de las peores carnes que ay. Pero que la Estarna no sea la Ortega que llaman Qualea, paresce por el

Simon Ianuẽse Pandecta.

© Biblioteca Nacional de España
© Biblioteca Nacional de España

conciliador, pues dixo. Pero porque despues de la estarna añadio el Almansor la Codorniz, es dubda, si por esta entiende la aue perdiz mayor del mismo color en el pico y pies, que la perdiz comun de de leytoso sabor, la qual en lengua Italica se dize coturnix, o codorniz, y si es ansi deuese recebir su parecer: pero si por codorniz entiendē ortega, o quiscula, yo en este caso no lo acepto, como la ortega sea la mas detestable carne de quātas aues ay. Esto es lo que dixo el Conciliador. De lo qual se sigue, que la aue que cōmunmente se dize codorniz es aun mas loable que la perdiz mayor. Empero la estarna que entendio Campegio, no es sino vna aue del tamaño de vn tordo, o mierla, y es negra, con ciertas manchas blancas, e imita las bozes humanas, y no se halla sino por vē dimias porque su proprio pasto es vuas y higos, y por entonces es buena. Empero para que sea mejor ha se de arrojar la cabeça, no es de tan buen alimento como dizen los authores que arriba citamos, y por esso esta estarna de Campegio no es de la que tratamos y por esso dixo el Padubanense Michael, por la estarna se puede

Cōciliador.

de entender, o vna aue grande como ansaron de color cirenicia. La carne de la qual es loable, especial si fuere de edad de juuētud, o es vna manera de perdiz pequeña a cerca de los Tudescos, de la qual parece q̄ entendio Moyses quando dixo. *Similiter ſtarnæ non uidentur pro domino noſtro, quia uentrem ſtringunt.* Y esta especie de perdiz menor es, la q̄ se dize estarna, y no la aue q̄ es como ansaron, ni la que es como mierla. Y por esso dixo Isac. Las carnes defectuosas en su calor. Empero conuenibles en tēperamento, son las de los pollos de las estarnas, y son de presta digestion y faciles de penetrar por las venas, y muy aparejadas para se conuertir en sangre loable Pero porque muy presto se disueluen y desmuelen, dan poca fuerça a los miēbros, y por esso son loables para la sanidad, pero no para confortar, y despues dixo. Que las estarnas o sus pollos son en tercero grado en subtileza de substācia, y por esso dixo Rasis. La carne dela estarna es la mas leue y ligera de quantas carnes se hallan, y mas conuenible para los que en su regimiento vsan de manjares delicados. Despues de esta. Es la carne de la codorniz, que

Isac uniuer: diet. ca. 16.

Ras. li. b. 3. ad Almans. cap. 10.

© Biblioteca Nacional de España
© Biblioteca Nacional de España

que es la perdiz mayor, y esta es segunda en bondad, porque engendra mejor sangre que sus pollos, no tiene sino poca superfluydad, y no es juzgada por muy calida. Empero la carne ꝺ la perdiz de la qual tractamos en el capitulo precedente, es de mas grueſſo mantenimiento, q̃ la estarna, ni la codorniz, y estriñe el vientre, y da mas nutrimento. Esto dixo Rasis. Empero los fayſanes tienen carne tẽplada, y que mucho mantiene, y que mucho conuiene a los conualescientes, y flacos, y adelgazados, y es media entre la carne del capon, y y la perdiz, como lo dixo Platina. De las

Platina. *Concilia.* aues monteſinas, las mejores ſon los Fayſanes para ſanidad y fuerça, y por ventura mas que los Fayſanes domeſticos, porque ſon muy ſemejantes a las gallinas: y caſi de ſu miſma eſpecie. Lo qual parece ſer tomado del Raſis, pues dixo. El Fayſan es vn manjar muy conueni-

Concilia. *Rd. 4. aph.* ble, loable, ſubtil, ſemejãte y propinquo a los pollos, conforta a los eticos, y tiene propriedad de esforçar las virtudes de los miẽbros, y prepara a los humores corrup-

© Biblioteca Nacional de España

ruptos del eſtomago. Finalmente no ſe puede dar otro mantenimiento mejor a los enfermos. Empero cõ todo eſſo no excede ala carne de las gallinas, y capones, porque ſi vuieſſe tanta cantidad de fayſanes como de gallinas en menos ſerian tenidos: empero hallanſe muy raras vezes, y mas en Italia que en otras partes. Y por eſſo ſon tan preciados. Eſtas aues ſon terreſtres, quiero dezir que alçan poco buelo, y andan caſi ſiempre por tierra, y por eſſo crian pocos, tienen dos corneçuelos como orejas, de pluma: las quales alçan y abaxan.

De las Codornizes, y Tortolas, y de la manera que ſe deuen preparar ſus carnes.

CAP. XXXI.

A Codorniz, que anſi ſe llama, es vna pequeña aue, reſpecto de la perdiz, y el Fayſan. Laqual es llamada de algunos Ortega, de otros Quaquila, como fue parecer de Simon Ialuenſe, ſu complexiõ es

© Biblioteca Nacional de España

es calida en fin del primer grado, y en principio del segũdo, es de mucha humedad, y por esso se corrompe presto. Y porende es vn manjar no conuenible a templados, ni destemplados, es de difficil digestion, y prepara los cuerpos a calenturas, y fiebres, y acrecienta las. Y dixo Platina que sus carnes son de ruyn sabor, y de mal mantenimiento, y por esso dixo el Cõciliador. La Quiscula, q̃ es la Codorniz, es la peor de todas las carnes, entre las aues. Y por esso dixo Auic. q̃ la carne de la Codorniz engẽdra cierto genero de pasmo, que no son tetanos, y no porq̃ come el Elleboro, o Vedegambre, sino porq̃ de su substancia es mala: y Rasis. Yo vi que de la comida de codornizes se espasmo cierta persona, y la causa es porque la codorniz come vedegambre porende solamente se comera la que no come tan mala yerua: en fin la codorniz se deue comer raras vezes porque causa el pasmo y epilepsia, y por esso dixo Isac que por ser de tan ruin nutrimẽto, ni cõuiene a sanos ni a enfermos. Y dize Galeno, que muchos en Tessalia enrieron de espasmo por comer codornizes, y por esta razon fueron vedadas a los Ro-

Concilia.

Auic. 2. cã.

Romanos. Porque segun dize Plinio, sola esta aue y el hombre padescen gota coral. Engorda la codorniz en el estio con el grano, porende en tal tiempo esta mas crescida, caçã se muchos mas machos que hembras, porque como sean muy mas luxuriosos, al son del reclamo se caçan en mucha cantidad engañados con el sonido de la hembra. Las tortolas son calidas y secas en segundo grado, pero con todo esso tienen cierta humedad superflua, las que dellas fueren nuenas y gordas son de buẽ nutrimento. Pero las viejas que son las q̃ passan de vn año son de difficil digestion y de mantenimiento melancholico. En fin de parescer de Galeno e Isac, su carne es media entre la gruessa y subtil y para que se reduzgan en esta mediana deuẽ por lo menos estar muertas de vn dia, porque de este modo seran de facil digestion y de buen nutrimento. Y dixo Auicena, que tienen segundo lugar despues de los palominos, y que tienen virtud de acrescentar la sangre en los flacos. Y dixo Aristoteles q̃ son postrera especie de palominos y nunca parescen sino en estio. Y dixo Rasis, que esfuerçan la virtud retẽtiua, y que declina

Ibidem.

Dietis par-tic.

14. 3. ca. 21.

4. Afforiſ.

© Biblioteca Nacional de España

© Biblioteca Nacional de España

declinan vn poco a calor mas que las gallinas monteses, y que tienen admirable propriedad de aguzar el ingenio. Lo mismo dixeron Auerroes y Auic. quando tratan del Duragi, que es la tortola. Y por esso dixo Auice. Caro Duragi in celebro et intellectu augmentum facit. Aunque Simon Ianuense dize, que el Auicena por Duragi entendio el fayfan, empero porq̃ esta aue es seca apredominio cõuerna que ante que se coma se crie en casa por algunos dias porque con la humedad del ocio y del ceuo se templara su sequedad, y que la tortola gorda se asse y la magra se cueza, porque con las brasas se seca ra y enmagrescera mas, y la que se vuiere de assar comase a medio assar con su sangre, porque ansi dara mucho nutrimento alomenos en los robustos y exercitados, engorda esta aue con mijo y trigo, y deleytase mucho en correr, como lo dize Ciceron.

Del Auestruz, y Gruya, y de otras aues aguaticas de carnes duras, y como se han de preparar.

CAP. XXXII.

LA

LA carne del Auestruz, como dize Rasis, se juzga por la mas gruessa de todas las aues y peor, y que mas fatiga el estomago. Empero el Galeno dize, que sus alas no son de mal nutrimento, la carne de lo demas de su cuerpo es de mucha superfluydad dura de digestion aunque ella digiere el hierro, y dize Atheneo, que vsauã de sus carnes para combites, los reyes de Persia, es la mayor de las aues. La carne de la Gruya es fria y seca, dura de digestiõ engẽdra mala sangre, de q̃lquier manera q̃ se prepare, agora assada, agora cozida, en gẽdra melãcolia, y tiene mas de superfluydad y excremẽto, que de alimento, como lo dixo Platina, y Rasis en otra parte. La carne de la Gruya es muy lacertosa y neruiosa, y hebrosa, y por esso no deue comerse fino despues de muerta muchos dias y despues de aparejada de la manera que dixímos de los pauones. Y dizen algunos que su hiel es muy marauillosa para la perlesia, si se vnta el miembro perlatico con ella, ansi lo affirmo Iuan Vrsino en su prosopopeya diziendo de la Gruya.

Rasis. 3 ad alman. c. 10

Ibidẽ li. 23. conti. 70. 3

Felle

© Biblioteca Nacional de España
© Biblioteca Nacional de España

Felle tamen paresum sæpe leuare queo.

Come se mejor en inuierno que en otro tiempo, y si se cuelga de vna higuera haze se muy tierna, o si atan a los pies vn canto, sus carnes siambres de muchos dias se guardã y no son malas. Pero la carne d̃ las cigueñas y cisnes, y otras aues desta manera, las quales se dizen en Griego amphibie, porque viuen en tierra y en agua, aunque lo mas en agua, deuese dezir con Ilac, que no son yguales en bondad cõ las aues que siempre viuen en lugares terrestres. Lo qual quiso el mismo tambien en otra parte. Todas las aues que viuen en lagunas son neruiosas, gruessas, duras de digestion aunque si se digieren dan mucho nutrimẽto y son rezias para dissoluer, o desmoler en los miembros. Por lo qual emos de machinar algunos ingenios para los ablandar, y no se deuen comer de mas que vn año. Destas dixo Auicena, que todas engendran melancholia, y que aunque erã accidentalmente de mucha humedad porque viuen en las lagunas, empero que substancialmente son secas, y por esso la carne de las aues grandes hazen venir quartanas.

Auic. 2. cã. cap. 146.

Desta

Destas y de la carne de los Sisones dize Almansor. Que quãto mas participan de color rubicũdo y negro, tanto mas son cercanas a engendrar melancolia. Pero q̃ de las que dellas tienen mal olor engendran peor sangre, y por esso no se deuen comer. El sison piensa ser el llamado en latin Eritacus, y Phenicurus, aunque Plinio dize, q̃ el Phenicuro no se halla sino por estio, y por esso se piensa ser el viceon, es de peor carne, y no se come, llamase ansi porque es verde escuro, tan poco se halla sino en estio y vase por octoño. Tambien la cerceta, o fulica es aquatica, y no es mala en los manjares dende las alas arriba. Empero abaxo es mala, mantiensse de espuma de la agua y ay la caçan. Y dixo mas el Almãsor. Que todas las aues que viuen en lagunas, o en rios, engendran mucha copia de superfluydades, y si tienẽ mal olor, se juzgan por mucho peores. Tales se crian en abundancia en todas las partes donde ay mares, y lagunas, y aguas. Pero si algunas quisiere comer, deuelas de comer de edad florida que no passen de vn año, y deuen estar muertas mas de tres dias, porque sus carnes se tornen mas tiernas y manidas.

Alm. 3. c. 10

© Biblioteca Nacional de España
© Biblioteca Nacional de España

Anſi lo quiſieron, Raſis, Auẽzoar, el qual puſo exemplo de las tortolas, anades, gruyas, las quales ſe deuen primero de manir en el inuierno doze horas, en el eſtio ſiete. Empero ſi fueren aues de agua, deuenſe manir mas de tres dias, porque ſu cane ſe reblandezca, y enternezca. Pues como dixo el miſmo, la tal preparacion de eſtar muertas por eſpacio de tiempo trae eſtas vtilidades. Que ſi fueren de ſuyo ſecas, y duras, ſe paran tiernas, ſi fueren blandas y muelles, ſe tornan duras, y ſi eſtan crudas en alguna manera ſe maduran, y deſta ſuerte ſe dixieren con facilidad. Y por eſſo es manifieſto, que no nos deuemos de mantener de carne dura y ſeca, criada en lagunas, ſi no fuere que primero eſte manidados, o tres dias, lo qual es parecer de Galeno, el qual dixo, conuiene ſuſpender, por lo menos vn dia, y deſpues comer las carnes, no ſolamente de la tortola, empero y de la perdiz, y de todas las otras aues que tienen ſequedad moderada. Deſto ſe concluye, que ſi las perdizes, y tortolas, que ſon de poca ſequedad, ſe han de manir deſpues de muertas por lo menos vn dia, q̃ las aues de agua, las quales ſon mas duras y

Auenzoar. Terſir. ca. 1

Gale. bil. de atten. uict u. cad 8.

y grueſſas, ſe deuen manir mas, porque ſe puedan digerir. Eſpecialmente ſe deuen mucho mas manir las abutardas, ſi ay quiẽ las coma, porque ſon de muy mal mantenimiento y aſqueroſo, como qualquiera genero de garças, aunque la garça de color ceniziento es mas ſuaue, la blanca es inſuaue y dura, es a manera del onocrotulo, porque recoge en ſu viẽtre todo genero de peſcado, y culebras, y aues, y deſpues lo buelue a rumear a la boca, como buey porende ellas, y todo genero de garça aquaticas, ſe deue huyr, como hemos dicho.

Del francolim, gallina campeſina y de la Roſtrula, y zorzal.

CAP. XXXIII.

EL Francolim es vn aue llamada en latin Atagem: es poco mayor que la perdiz, tiene las alas cortas, y el lomo de diuerſos colores, ſu color por la mayor parte es de barro cozido de los altahares, aunque mas ruſſo. Es aue terreſtre, deleytaſe entre

© Biblioteca Nacional de España
© Biblioteca Nacional de España

el poluo, es pesada: y por ende se caça con
podencos, como la perdiz, y gallina sylue
tre y cogujada, su carne es de buen alimen
to, facil de se digerir en el estomago. Ay
cierta Aue llamada en latin Gallinago, cõ
munmente se piensa ser, la gallina campe
sina. Es tan grande como vna gallina de
las nuestras tiene el mismo color que el
francolim, y el pico largo, y por ende algu
nos la llaman, Rostrula, aunque como des
pues veremos, es differente. Corre con
mucha ligereza y ama la compañia del
hombre, haze su nido en la tierra, y toma
se entre los huertos, ay abũdancia de esta
aue en muchas partes de Francia, es teni
da entre Cortesanos por de muy buen ali
mento, en tanto, que la anteponẽ a la per
diz. Su carne es blanca y tierna, y de sua
ue sabor y por esso es facil de digestion,
y engendra buen humor esta aue es ya que
se dize vulgarmẽte gallina ciega, porque
es de vista escura: empero, como lo dize
el Poeta Nemesio, lo que le falta de vista
suple con el facto, porque saca los gusanes
y lombrizes, debaxo de tierra, ni es la Ro
strula, porque esta es mas sylueStre, y no se
halla sino en los montes, algunos la lla-
man

man perdiz rustica, porque tiene color
de perdiz, aunque en lo de mas no tie
ne cosa de perdiz, esta aue no se halla en
verano, ni en estio, sino al fin del octoño,
y en el inuierno. Quando se come, asasse
juntamente con todas sus tripas, y entra
ñas, y su estiercol, y dizen que, assi es muy
gustosa y buena carne. Empero como, aun
arrojadas las tripas, y el estiercol, sea de
dura digestion (porque es vna carne ne
gra y dura) no se como podra ser buena co
mida con todas sus superfluydades. Porq̃
Marcial poeta dixo, que entre las aues
tenia el principado el zorzal, que el llama
Turdus. Y Horacio tambiẽ parece auer
sentido lo mismo. Quiero dezir aqui al
go de su nutrimento, fue en otros tiem
pos tenido en tanto precio, que no se pu
do hallar en toda Roma sino en casa d̃ vn
cauallero llamado Lucullo, para el gran
Pompeyo, y por esso no lo quiso comer,
aunque los medicos se lo auian mãdado.
Fue vendido en muccho precio porque se
diz-, auer se vendido, vn par por dozẽ nũ
mos, q̃ son diez sueldos turonicos. Tie
ne esta aue en todo el vientre ciertas pin
tas coloradas y blancas, parescen en esto

© Biblioteca Nacional de España
© Biblioteca Nacional de España

y en tiempo de guindas. Dize el Galeno, ser su carne mas difficil de digestion que la del francolim, y de las perdizes, y faysanes, pero que si se digere haze buen mãtenimiẽto, es de grandeza de la Mierla, y la ficedula, aunque ay otra especie de zorzal menor. Haze sus nidos como las golõdrians con barro en los arboles.

De las carnes de los Zorzales, Mirlas, Gorriones, y de otras aues menudas.

CAP. XXXIIII.

SVERER contar por estenso las naturalezas de todas las aues pequeñitas, y medianas, seria empeçar vn largo camino, para no acabar. Por lo qual bastara tractar de algunas aues pequeñas que communmente se veen. Hablando dellas, lo que algunos de los antiguos y modernos dixeron. Pues luego ateniendonos al que destas menudencias paresce q̃ mas largamente hablo, que fue Isac, diremos conforme a el. *Ficedularum carduallium reliquarũ*

quarumque auium minutarum caro, si pingues sint et iuuenes nec lo non nidificent, boni alimenti est, absit tamen a parinis nostris passer, qui obnimiam caliditatem male olet difficulter coquitur, libidinem excitat. &c. Dize assi. La carne de los tordos y sirgueros, y otras aues menudas si son gordas, y de buena edad florida, cõ tal que no empiecen a anidar, es de buen nutrimento: empero no este en nuestros platos el pajaro, que se dize gorrion, porque por su mucho calor mantiene mal, digierese con difficultad, y irrita a luxuria. Y algunos Phisicos quisieron, que de las aues mõtesinas tomadas con lazos, o redes, sean mejeres, especial las mirlas y zorzales, y que las que dellas fueren mas gordas son mejores, y que las aues menudas declinan a calor y sequedad, y mas a sequedad, y porende sea de poca edad, y fue paresçer del Galeno. Que las perdizes, y todos los paxaricos montesinos, son las mejores carnes de las aues, y luego las gallinas, y faysanes. El qual dicho segũ el Conciliador, se deue entender desta manera. Que alli Galeno entendio por los paxaricos montes, no los pajaros verdaderos q̃ llaman gorriones, porque estos son calientes y se *Gal. 6. Met. cap. 2*

© Biblioteca Nacional de España
© Biblioteca Nacional de España

cos hasta la tercera orden, a los quales no solamẽte los modernos, pero los antiguos vituperan pues Haliabas 5. theor. capitulo. 22. Y Isac dixeron, que los paxaros domesticos q̃ son los gorriones, son muy malos, y engendran sangre caliente y seca, y muy mala, y son estreñidos, y encienden la sangre, y son como los palominos monteses, que son de la misma calidad, y corrompen el estomago, conuiertense en colera, y en humos mordaces. Y Auicena dixo, que los tales paxaros son calidissimos, y mueuen a luxuria, por lo qual no viuen mas que vn año. Pues como lo dize Auerroes. La luxuria, y coyto frequente debilita el cuerpo y desminuye y abreuia la vida. Y Aristoteles dixo, q̃ los animales que mucho se exercitan en la luxuria son de mas breue vida, y trae por exemplo a los paxaros que llamamos Gorriones, los quales porque mucho vsan el coyto, no passan de vn año, parece se, porq̃ muy pocos dellos tienen negra la garganta, lo qual es señal que son viejos, pues luego todos se deuen de guardar de comerlos, porque fuera de que son duros de digistion calientã la sangre: y segũ algunos, causan apo-

Haliab. 5. theor. c. 23.

Auic. 2. can. cap. 146

Auerroes super cõ 156. canticorum Auic.

apoplexia. Empero Galeno dize, que por el otoño adquieren con las vuas y el grano buena carne, y que entonces son de buen alimento tan bueno como el de las mierlas no obstante esto, se halla por experiencia ser malos, y que saben a ratones. Y dizen algunos, que su carne que mada y beuida con agua quita la itericia, y que su estiercol puesto encima del rostro, quita sus manchas, como lo dixo Ioan Vrsino en su prosopopeya.

Stercus item purgat charos lentigine vultus.
Quamuis ictericos sanet & usta caro.

Tambiẽ la picaça, el graro, q̃ se dize Monedula, porque hurta con su pico oro y plata, y qualquier moneda, y el cernicalo, q̃ dizen, Tinuncalus, y las golondrinas, auiones, vencejos, todas son detestables y malos su mantenimiento, porque comẽ carnes mortezinas, y cieno y gusanos. Los polios de algunas destas aues suelen ser algo gustosos en las mesas de los labradores, especialmente los de la yrraca o picaça. Empero no es razon se dexe de dezir algo del cuclillo: del qual dixo Arist.

© Biblioteca Nacional de España
© Biblioteca Nacional de España

que tenia delicada carne, y muy suaue: es semejante en los pies y cabeça al palomino. Aparece a la primauera, y en allegando los dias caniculares, luego se esconde pone sus hueuos en los nidos agenos especialmente en los nidos de las palomas, y cogujadas. El cuclillo pollo se como el ceuo de los otros pollos, hijos del palomo o cogujada, y ansi se pone mas gordo que ninguno, y como la aue que cria le ve mas hermoso que a sus hijos, luego se va a ceuarle primero, y se marauilla como aya parido hijo tan hermoso, y tiene en poco a los suyos, comparandolos con el, y consiente que los consuma delante de si, hasta que ya tomando buelo arrebata tambien a la madre. Ninguna aue se compara cõ el en suauidad de carne de tal suerte, que la carne de las otras aues en comparaciõ parezca de mal mantenimiẽto. Y no ay quiẽ affirme que vio los pollos del cuclillo. Tambien las cogujadas tienẽ en los manjares no pequeño primado, porque vna especie de cogujada que no tiene cucuruchito en la cabeça, y anda en manadas cõ otras de su genero, es de buen alimento, y muy gustoso, si esta gorda. Es manjar de in-

uierno, comense estas aues assadas y cozidas, assanse bien lardando las con manteca, o tozino, cuezense con pimienta, clauos, y comense con cierta salsa de canela, que llaman hipocras, es carne de facil digestion, y grata al estomago. Ay en Francia mucha abundancia de estas aues especial en Paris. La otra especie de cogujada que en latin se dize galerita, y tiene vn cucuruchito sobre la cabeça, no es buena para comer, es como carne de gorriõ. Empero aprouecha mucho su carne pa quiẽ tiene pasion colica: aplaca mucho el dolor de las tripas, y dizen, que si toman el coraçon de la cogujada, y le traen al cuello metido en oro, o plata preserua de aqueste pasion, y ni mas ni menos sus poluos beuidos con vino, y que es cosa experimentada. Esto basta de las aues pequeñas y grandes.

De las partes de los animales exteriores, e interiores.

CAP. XXXV.

En

© Biblioteca Nacional de España
© Biblioteca Nacional de España

En vniuersal las partes de los animales se consideran de quatro maneras, o son partes interiores, o exteriores, o son partes posteras, o delanteras, o son partes de la mano derecha, o de la yzquierda, o son partes remotas del coraçon, o vezinas a el. Pues luego a lo primero digamos con Isac que las partes del animal exteriores q̃ son las de afuera en mitad del cuerpo son mejores y mas loables que las interiores. Porque como las exteriores esten mas cercanas a los poros, por los quales sale el sudor y el humo y vapor del cuerpo, mas ligeras se paran, y mas se aliuian, y se hazen mas sabrosas, y mas faciles de digestion, al contrario es de las partes internas. Y luego dize, que por dos razones se hazen mas tiernas y digestibles. La vna por la mucha disolucion de su substancia, que se haze por los poros q̃ estan en ellas. La otra por la confricacion de los hueſſos que estan junto a ellas. Las partes internas son malas por las contrarias causas, y porque está remotas del cuero, adonde estan los poros, por lo qual no se

Isac. dictis uniuer. c. 15

se pueden purgar y ventilar, de donde se hazen gordas y grueſſas, y muy seboſas grases para el estoma, y difficiles de digerir, y porque estan cercanas a las superfluydades de los miembros de adentro, y a las hezes de los inteſtiuos y tripas, por donde adquieren vna humedad de graue olor y putrefactiua, la qual es causa que se engendre mal mantenimiento. Empero comparando las partes poſtreras con las delanteras, se ha de dezir, que por tres razones son mejores las delanteras. La primera, porque se mantienen de sangre mas pura y limpia mundificada con el mouimiento del coraçon, y por esso el pecho, y sus partes son de mejor mantenimiento. La segunda es, porque el pecho es ventilado, y mouido siempre con la boz, y respiracion, por lo qual su carne se haze mas lisa, y facil de digestion. La tercera es porq̃ el coraçon esta en el pecho, el qual es la fuente del calor vital, y porende el pecho y sus partes cercanas se hazẽ mas digestibles y mas sabrosas. Y este pareſcer fue de Rasis, pues dixo. Las partes anteriores, del animal son calidas y mas ligeras, y las posteras son mas frias y mas pesadas. Em

Rasis ad Almans. c. 11

pe

© Biblioteca Nacional de España
© Biblioteca Nacional de España

peró cõparãdo las dꝫ tes dieſtras cõ las ſi nieſtras, o yzquierdas, ſe deue tener, q̃ las carnes dꝫla parte dieſtra ſon mejores q̃ las de la parte ſinieſtra. La cauſa es porq̃ eſtã mas cercanas a la hiel, y al higado, q̃ es el principio de la virtud natural, y porende ſon mas ligeras y mas faciles de digeſtió. Empero las carnes dela parte ſinieſtra ſon mas frias y peſadas, porque eſtan mas remotas del higado adonde eſta el calor natural, y porque eſtan mas cercanas albaço que es melancolico y frio, y anſi lo ſintio Auicena. Pues dixo, *& dextra melior eſt, & leuior ſiniſtra.* Empero, ſi ſe cõparan las partes que eſtan arriba junto al coraçon, con las partes de abaxo, que eſtan remotas ſe deue dezir. Que las partes de arriba por eſtar junto a la fuente del calor vital que eſta en el coraçon, y al natural que eſta en el higado ſon mejores, mas leues mas faciles de digeſtion, de mejor ſabor y nutrimento. Porq̃ ſe mantienen de ſangre mas pura y menos ſuperflua. Empero los miẽbros de abaxo que eſtan junto a la cola por las contrarias razones ſon mas duros mas indigeſtos, menos ſabroſos, por eſtar a lexos del calor natural, y mas cercanos a las

Auic. 2. can. non. c. 146.

a las vias de la camara y vrin, por lo qual ſe mantienen de ſangre mas ſuperflua y grueſſa. Porende quanto mas cercanas eſtuuieren a la cola tanto ſeran peores, quanto mas arriba mejores.

De los miembros carnoſos.

CAP. XXXVI.

ENgañanſe los que comprando carne eſcogen la de mas pulpa y carnoſa, dexando la carne cercana a las junturas y hueſſos. Porque aunque es verdad, que la carne de mucha pulpa con poco hueſſo o ſin el, es vntuoſa y mas ſabroſa, caliente y humida, es empero menos de loar q̃ de otra ninguna parte, aunque la comparemos con la que tiene gordura, y pringue, lo qual ſe prueua por authoridad, y razon. Porque la carne de mas pulpa es la del anca, y la de cerca del riñon, y eſta es de menos vtilidad, como lo dixo Auicena, anſi, Las carnes de los hijares y ancas, ſon peores, que las carnes grueſſas, y de

Auic. 2. can. 10. c. 14. 6.

© Biblioteca Nacional de España
© Biblioteca Nacional de España

de dificil digestion, y no de buen nutrimẽto. La causa es, porque las ancas estã muy llenas de humedades superfluas, y estan mas quietas y ociosas. Y por esso dixo Isac Las carnes que se mueuen y exercitan tienen menos humidad, y son mas digestibles y gustosas. Las que no se mueuen y estan quietas, son peores por la raçon contraria. Y ansi son alabadas las carnes de los musculos, o murezillos, y como son las piernas muslos, porque estas carnes son humidas entre las duras, y blandas, y son templadas en quatro calidades mas que los otros miembros, y mas faciles de digestion, y mas prestas a penetrar, y mas loables para confortar. Y por esso dixo Isac. Las carnes de los murezillos, o musculos, en especial sus extremidades, son mas loables que los de mas miembros por el mucho y continuo mouimiento. Pues luego quede por conclusion, que aquellas carnes se escoxan sobre todas, q̃ son de miembros mouibles, templadas entre las gruessas, y las magras de las partes delanteras, y de hazia la derecha, y no remotas, del coraçon.

Isac diet. pt.

Isac. uniue. cap. 16.

de

© Biblioteca Nacional de España

De las partes de las aues.

CAP. XXXVII.

COMO dize Haliabbas en su Theorica. De todos los miembros de las aues, las alas son las que mas facilmente se digeren, y menos mantienen. Y entre todas las alas especialmẽte son mas loables las delas aues ceuadas y engordadas, y de las aues pequeñas, y ni mas ni menos los cuellos. Y ansi dixo Isac, que los miembros mouibles, siempre son mas tiernos, y mas sabrosos, y mas prestos para la digestion. Como son las alas de las aues, primero de las gallinas, despues de los ansarones, porque con su continuo y mucho mouimiento se expele la superfluydad de los humores. Por lo qual son mas sabrosas y mas digestibles, en especial las de las aues crecidas que ya buelan, son mejores, que de las chicas que estan en los nides, por su fuerte mouimiento. Ni mas ni menos, los cuellos de las aues son de loables

5. The. c. 23

Isac. die uniuer. ca. 16.

S car

© Biblioteca Nacional de España

carnes por su mucho mouimiento, como esta ya dicho, y los cuellos de las aues. De este parecer fue Auicena, y Galeno dize.

Auic. 2. cõ. cap. 146. Gal. de ali mẽ. & li. de Euch. & ca cho. cap. 4. *Optimæ igitur gallinarum & anserum alæ, sed aliæ anserum partes duræ sunt coctu difficiles & excrementiciæ, præter alas.* Y de las partes de las aues no hallo mas que dezir, sino que como diximos en los animales, las partes q̃ dellas fueren exteriores, delanteras, dela parte derecha cercanas al coraçõ, son las mejores, las de mas peores.

De la naturaleza del celebro que llaman sessos, y de sus partes, y como se deua aparejar para comer.

CAP. XXXVII.

Diff. 243. COMO le dixo el Conciliador. El celebro no es otra cosa, sino vna manera de tuetano, o medulla de la cabeça differenciada con quatro ventriculos, cubierta de dos telas llamadas dura, y pia mater, principal authora de sentido, y mouimiento, cuya complexion es fria y humida, y mas humida que fria. Por ende es de mantenimiento superfluo,

fluo, y viscoso, y dañoso, resistiente a la digestion, y que haze ascos, y da fastidio en el estomago, y porende destruye el appetito, y de presto se conuierte en putrefacion, especial si se come en fin de la comida. Y por esso dixo Galeno. Los q̃ quisieren vomitar coman celebro, que son los sesos cõ azeyte en fin dela comida. Y assi lo quiso Auicena, diziendo. El celebro es frio y humedo, de grueso succo, q̃ engẽdra siema gruessa, y viscosa, y que quita el appetito. Pues luego, como el celebro sea tan humido, y tan viscoso, o no se comera o si se comiere sera preparado, y con estas condiciones. Que no sea de animal humido de suyo, ni por otra causa accidental, como es de puerco, de cordero, de ouja. Si no que sea de animales secos, como son los celebros de todas las aues que buelan. Porque como dize Isac, sus celebros no son de tanta humedad, y sequedad, como los de los animales terrestres. En especial son los mejores de las Starnas, o perdizes, y los de las gallinas y gallos. Y este fue el parecer de Auicena, pues dixo. Mejores son los celebros delas aues, especial de las montesinas que los celebros de to-

Auic. 2. can. cap. 103.

Auic. 2. cõ. cap. 103.

© Biblioteca Nacional de España
© Biblioteca Nacional de España

dos los animales terrestres, y de los celébros de los animales terrestres, o de quatro pies son los mejores. Primero del carnero, despues del cabrito, y despues del ternero. Lo mismo dixo G. len. Pues luego deuense escoger sobre todos los sesos o celebros de las aues, antes que de los animales quadrupedes. La otra condicion sera, que si se comieren, empiece la comida en ellos, y que primero esten adereçados o guisados, con poco vinagre y pimienta, agengibre, y yerua buena, o menta, como lo dixo Isac, en las particulares, y como lo quiso Galeno. *Omne cerebrum cibus est pituitosior crassi succi tarde permeans, sit præparatum cum in sciſsiuis & calefacientibus. &c.* Los sesos de liebres aprouechã para el tẽblor del cuerpo. Los del conejo dañan a la memoria, como lo trae Campegio.

Gal. 3. de el mẽ. ca. 20.

Gal. 3. de alimen. cap. 7.

Del mantenimiento del coraçon.

CAP. XXXVIII.

AVnque el coraçon es el mas nobilissimo miembro del animal fuente, y origẽ del calor natural, y de la virtud vital. Empero despues del animal muerto se cõputa por via de alimento entre las mas viles partes del cuerpo, pues dixo el Conciliador. Que el coraçon del animal muerto era frio y seco, contraria complexion, de la que tenia quando era viuo, a lomenos en quanto a la frialdad. Pues como dixo Galeno. Es el principio del calor: y porende es mas caliente que todos los miembros. Pues luego: como por via de alimẽto sea frio, y seco de substancia, y conteſtura fuerte, y fibrosa, es duro de digestion, tardo de penetracion, y que engendra melancholia. Empero si se empieça a digerir da mucho nutrimento, aunque no bueno, ni loable: el qual fue paresçer del Galeno. Empero, para que no haga daño deuese comer con çominos, axedrea, y pimiẽta. Como lo quiso Aliabbas en su Theorica, Y tambien q̃ sea de animal jouen y no viejo.

Diff. 24

5. De locis effect.

3. De alim. cap. 12.

De los pulmones, tripas, quijar, vientre, matriz.

CAP. XXXIX.

© Biblioteca Nacional de España
© Biblioteca Nacional de España

OS pulmones fueron criados para dar ayre al coraçon, porque no se ahogue con el demasiado calor. Son frios y humidos. Acerca de su nutrimento y digestion, ay entre los Physicos dificultad, porque unos dizen que son de difficil digestion, y poco nutrimento, otros que son de facil digestion. Isac dixo. Que eran de facil digestion, y que se detenian poco en el estomago por su ligereza y raridad de sustancia, y por ende engendran un succo conueniente al humor flematico. Y tambien Auicena. Dixo, que su digestiones facil, pero que tienen virtud de restrinir el vientre. Empero Rasis *dixo, pulmo tarde digeritur & parũ nutrit & est frigidus.* Quiere dezir. El pulmon tarde se digere, y poco mãtiene, y es frio. Para concordancia de lo qual se deue considerar. Que quando se dize, los pulmones son difficiles, o faciles de digestion, o esto se dize absolutamente, o respectiue y en comparacion. Si absolutamente, son duros y difficiles de digestion, como lo dixo Rasis. La razon, como lo dixo Paulo Aegineta, porque aunq̃

Isac in dict. partis.

Auic. 2. cã. c. 273. 3. dal Almans.

aunque de su substancia por ser rara y ligera, sean de facil digestion, empero porque siempre por su leuedad nadan sobre el estomago, de suerte que el estomago no los puede abraçar, por esso son de tarda y difficil digestion. Pero respectiue y en comparacion del higado, y baço, son faciles de digestion, y assi se han de entender Isac, y Auicena. Del qual parecer fue Galeno. El pulmon es de mas facil digestion que el higado, y baço, y tanto es de mas facil digestion que ellos, quanto es mas raro. Y por esso dixo Rasis, el pulmõ es de mas facil digestion, que el higado y el baço. Por lo qual los menores pulmones o liuianos deuen ser de animales nueuos y no viejos, y que sean semejantes a nuestra complexion en su templança, como seran los pulmones de los cabritos, terneros puercos, porque estos son mejores en los de quatro pies. Los de las aues son inutiles porq̃ son como espina, y cuero delgado. Y aueriguase, que si el higado, o baço, o pulmon de qualquiera res muerta se pusieren a enxugar y desecar cõ las aruejas (como se ha visto en algunas

Gal. 3 de alimẽt. ca. 11. 22. Contin. cap. 3 ††;

© Biblioteca Nacional de España
© Biblioteca Nacional de España

AVISO DE

De la naturaleza del higado y bazo, en quanto a su nutrimento.

CAP. XL.

Aui. par. 1. doct. 3. ca. 2

SEGVN Auicena el higado es a manera de sangre quaxada, o congelada, por lo qual es el mas grueſſo y duro de digeſtion, de todos los miembros: empero deſpues de digerido haze loable sangre, y de mas nutrimento que la carne magra. Empero el higado de los animales chicos de leche es mejor, y mas si es de gallina cebada con harina confecionada con leche y higos, el qual parecer es del Gale. pues dize, que todo higado de animales, es de grueſſo çumo y tarda penetracion. Aunq̃ en otra parte dixo, q̃ los higados dlos animales criados cõ higos, es de mejor condicion, y mas loable que todos los higados, y Haliabbas dixo. El higado es de caliente y humida complexion, tiene sabroſo guſto. Es empero de çumo grueſſo, detiene la digeſtiõ, y ſi se digiere da mucho nutrimento al cuerpo, y la sangre que se engen

Gal. 3. de alim. ca. 21.

Hali. 5. the. cap. 22.

engẽdra del es loable: empero el mas loable, y de ley toſo higado, es el del anſaron criado a leche y maſſa. Deſpues el de la gallina engordada, Y deſpues el del puerco, de la manera que lo dixo Raſis. Y en algunos que la liebre tiene dos higados. Y ciertos peſces como es la lacha y los ratones tienen en ſus higados pintas alas, quantas crecientes dura la luna ſe halla por experiencia. Y que la sangre que ſe saca del higado del cabron aguza la viſta delos ojos. Y que el higado del anſaron ſacado de ſu cuerpo creſce ſi le echan en leche y miel.

Rasis. lib. 2. contin. cap. 663.

Del baço y ſu naturaleza para lo comer.

CAP. XLI.

EL baço, como lo dize Galeno. Es receptaculo de melancholia, y que atrae las hezes de la sangre. Por lo qual es miembro melancholico, y duro de digeſtiõ engendra humor negro, y tardo de penetrar por las venas. Empero el baço del puer

© Biblioteca Nacional de España
© Biblioteca Nacional de España

puerco es el mejor de todos por la rari-
Auic. 2. cã. c. 621. Alia. dad y delicadez de su sustancia. Y Auic.
5. theo. cap. dixo. El baço mejor de los baços es el del
32. puerco, y con todo esso es de mal nutrimẽ-
to. Y Aliabbas dixo, la sangre que se ha-
ze del baço, es mala, y declina a colera ne-
gra. Pero si se toma el baço del puerco no
es tan dañoso, y los baços de los animales
magros son peores que los de los pingues
y gordos. Porende conuiene que el que
los comiere los mezcle con gordura y los
Galeno, cuezga bien. Todo lo qual es tomado
del Galeno, especialmẽte en aquel lugar
libro de bo no & malo succo. ca. 3. adonde dize. El baço es sufficientemen-
te melancholico, y de mal humor: empero
en los puercos no es tan malo. Su carne es
mas leue y rara que la del higado, y dizen
los agoreros, que el que comprare baço
para comer, que de luego por el lo que le
pidieren sin recatear.

De las turmas de los animales y las ubres y riño-nes.

CAP. XLIII.

Las

© Biblioteca Nacional de España

LAs turmas de los animales (segun he leydo) son de car-
Gal. 3. dali. Auic. 2. ca-ne glandulosa blanca, que
non. c. 723. engendran esperma. Son
Auer. p. 2. calientes y humidas, son du-
cã. commen ras de digestion, de mal mã-
111. tenimiẽto, aunque vna vez digeridas son
de mucho mantenimiento, excepto las
turmas de los gallos, que son de muy loa-
ble mantenimiento. En las de los puercos
son tanto mejores que las de los otros ani-
males quãto sus carnes son mejores. Esto
dixo Galeno, Auicena, y Auerroes, peues
dixo, que tanta sangre engendran los com-
pañones de los gallos quanto peso tienẽ.
Y la vbre, o teta es vn miembro, o instru-
mento de engendrar leche que se compo-
ne de nieruos, venas, arterias, carne blan-
ca sensible, para que la sangre que por las
venas va alli coziendose mas, se pare blan-
ca y buelua en leche. Sus carnes segun leo
de su propria complexion son frias y se-
cas, por la mucha dumbre de nieruos. Em-
pero accidentalmente son humidas por
la leche que se engendra en ellas. En es-
pecial seran tales quando estan las tetas,
o vbres, con leche. Son dificultosas de di-
gerir

© Biblioteca Nacional de España

gerir, Empero engendran buen nutrimẽto, y mucho, y mas digestibles seran quando tienen leche y de mas facil descenso y distribuciõ. Y por esso dixo Rasis la vbre es fria y seca, porque es muy neruiosa si en ella vuiere leche, sera presta de digerir, y de loable sustancia por su templada complexion. Deue se comer con especias, porque no se tarde en el estomago. Lo mismo dixo Galeno antes que todos. Lo mismo Auicena. Las tetas tienen buen nutrimento, y si tienen leche, gruesso. Empeo Ioan Vrsino poeta, y medico singular afirmo que las vbres cõ leche, especial las de la puerca, son deleytosas al gusto, y que mantienen el cuerpo de vn mantenimiento subtil y aguosa. Y porende dixo en sus elegias.

Raſ.con.22 cap.408.

Ga.2.de ali. Auic.2 can. cap.146.

Lactea delectant ſed aquoſis ubera ſuccis
Corpus alunt, Romæ gloria prima ſuis.

En lo qual se engaño, porque como sean de carne glandulosa y neruiosa, no puedẽ dar mantenimiento aguoso, sino solido, y mucho mas si tienẽ leche. Las moyeras q̃ se hallan en las ceruices y en las tetas o vbres, que son como vellotas, y por esso se dizen glandule son suaues al paladar y si

y si bien se digieren hazẽ razonable mantenimiento, empero flematico especial si se digieren mal. Los riñones fueron criados para limpiar el fuero, o aguanosidad de la sangre, son calientes y secos, y mas secos, son miẽbros carnosos, y duros, pues dixo Auicena. Que por esso son de poco alimento, porque declinan a sequedad, y dixo que eran de horrible sabor, de dura digestion, de tardo transito. Empero que los mas loables son los del cabrito de leche. La causa de su malicia principal es, porque se mantienen de la gordura que viene con la orina, fuera que de su substãcia son duros y gruesos. Y por esso dixo Haliabbas, que eran malcibo, por la qualidad de la orina.

Auic.3.can. capit.18. & cap.580.

De los ojos y narizes y guarguero, y de las de mas carnes ternillosas, y de la lengua en quanto en mas plen por via de nutrimento.

CAP. XLIII.

LOs ojos se componen de diuersas sustancias, como de la anotomia se paresce, porque se compone de pelliculas, o tu-

© Biblioteca Nacional de España
© Biblioteca Nacional de España

o tunicas, y de musculos, y de humores, y de gordura. Y porende como dize Isac tienen diuersas cõplexiones y sustancias porq̃ por parte de sus humores, son de naturaleza de agua. Por parte de su sustãcia gruessa y vntuosa, son calientes y humidos. Por parte de sus tunicas son frios y secos, y por esso dixo, que aunque es verdad, que por parte de su carne musculosa sean faciles de digestion Empero por parte de su gordura tienẽ viscosidad y pesadumbre, e indigestion. Y poresso no se deuen comer sino guisados y preparados con vinagre, sal, perexil, pimienta agengibre, o con cosas semejantes. Lo qual sintio el Galeno pues dixo. *Oculos pauci quidem edeunt, constituũtur enim ex diuersis substantiis.* Quiso dezir, pocos son los que comen ojos, porque se componen de diuersas sustancias. Empero en conclusion de zinios de las narizes, y ansi mismo del Garguero, y orejas y otras carnes ternillosas, que porque se componen de ternillas, las quales son cierta sustancia fria y seca compuesta de neruios y cuero, son difficiles de digestion, y engendran vn humor seco y malo, y que difficultosamẽte se despide

Isac diet. pt.

Gal. libr. de cuchima. & cacho.

spide del estomago. Especialmente, si los tales miembros ternillosos son de animales secos, como de cabras y vacas, porque se engendra vn humor seco, gruesso, y viscoso, sin gordura, qual se engendra de pies y manos. Otra cosa seria si fuessen las tales partes ternillosas de animales de leche y jouenes, porque serian de mas loable mã tenimiento, y las ternillas de la ternera despiertan mucho el apetito de comer en los enfermos. Empero deuianse comer con especias y cosas aromaticas, como lo dixo Mesue, hablãdo de la nariz. La causa es, porque aunque paresce que por razon de su sequedad, no se auian de comer con especias aromaticas. Empero por razon de su xugo gruesso, y viscoso, y de malina naturaleza, deuense comer con ellas, porque su sustãcia se subtiliza, y su malicia se corrige. Y ansi lo quiso Rasis por autoridad del Mesue. Esto dixo Isac en sus particulares, y Galeno en el lugar allegado. Del cuero deuemos dezir, que como sea vna sustancia entretexida de neruios y carne, que cubre todo el cuerpo y le ampara y seco de gruessa sustancia, terrena y dura, y porende da mal nutrimento, como

Ra. lib. cõt. 21. cd. 61. & 62.

T lo

© Biblioteca Nacional de España
© Biblioteca Nacional de España

Can. ca 5.2 lo dixo Auicena. Que el cuero de los animalitos de leche, es mejor por razon que son humidos. Empero que su nutrimento es poco y viscoso, se mejáte al nutrimẽto de los pies. En fin como dixo Rasis mas claramẽte. El cuero causa sangre fria de mucha viscosidad, y haze oplacion, y por esso dixo Isac, que el cuero y narizes y orejas, y toda inbstacia de ternilla, se deuia preparar con vinagre, sal, mostaza, alcaranca, pimienta, agengibre, por la razõ dicha: empero deuense guardar de comer estos miembros los que fueren flematicos melancholicos, y gente gruessa y porende dixo Ioan Vrsino medico y poeta.

3. Ad Alm. cap 11.

Isac ibidem.

Delectent quamuis udos damnamus o cellos.
Damnamus neruos auriculasque simul.

De la lengua deuemos dezir, que es vn miembro de carne espongiosa, y laxa, en el qual penetran venas y neruios, y finalmente es vna carne musculosa llena de humor aguoso y correntio, de la qual dixo Paulo Aegineta, que era blanda, y de poco nutrimento, y por esso se deue comer con mostaza, como lo dixo Rasis. Empero dixeron Haliabbas, y Isac, que era vn mantenimiento blando, medio entre el grueso y subtil. El qual por razon de su humidad, es carne laxa, y sin sangre, y porende se deue comer con açafran, agengibre, oregano, anssi lo quiso Vrsino poeta, pues dixo.

Rasi 23. cõ. cap. 696.

Haliabb. 5. libro, ca. 22.

1. Vrsi.

Lingua licet mollis licet et sit sanguinis expers
No lo tamen mensis hanc procul esse meis
Imo placet sed iungue croços & zinziber acre.

A donde dixo. La lengua aunque sea mollicie, y sea de poca sangre, no quiero este fuera de mi mesa, pero adereçese con açafran y agengibre, y pimienta y otras especias. La lengua del puerco es tenida en las cozinas por muy alabada, cuezenla, y y otras vezes la afan llena de clauos y canela: y la lengua de vaca bien salada se suele colgar y guardar por muchos dias para despertar la gana de comer y de beuer. Los medicos de Paris suelen dar a los enfermos y conualescientes, la lengua del carnero cozida cõ agua y vinagre o agraz y la suelen empanar con clauos, y canela, y pimienta, como lo tray, Brayneric Campegio Frances.

De la naturaleza de los pies, y cola de los animales en quanto alimento.

© Biblioteca Nacional de España
© Biblioteca Nacional de España

AVISO DE

CAP. XLIIII.

Vicena dixo que los pies engendran vn humor viscoso y no grueſſo, pero es loable y de pocas ſuperfluydades, buenos de digerir, y la ſeñal es, que quando ſe cuezen preſto ſe hinchan, y preſto ſe diſſuelnen y reblandeſcen. Pero ſu mantenimiento es poco, engendran ſangre fria y liuiana, y muy mas que la carne. Los pies delanteros, ſon mas loables que los traſſeros por eſtar junto al coraçon, el qual con ſu calor les conſume mas ſus ſuperfluydades. Dan como digo alimento viſcoſo, y no grueſſo, por lo qual preſto decienden del eſtomago por ſu viſcoſidad. Eſto dixo Aliabbas. Deuenſe eſcoger de animales mejores, como de carneros, de puercos, terneros, cabritos, deuenſe preparar con vinagre poco, y açafran, porque ſe conſuma ſu viſcoſidad, y comerſe en la primera meſa: Pero deueſe aduertir que los pies del puerco, tienẽ el primado entre los pies de todas las animalias que ſe comen, como tambiẽ ſus

2. can. c. 555

Haliab. 5. libro. ca. 22. Raſ. 3 cõt. cap. 661

ſus carnes, y ſon mejores que el hozico, y y que el muſlo porque es todo ternilla. De la cola dixo Raſis, que es de mas ſolido, y firme mantenimiento que el vientre y tripas, y poreſſo es de mas dificil digeſtiõ, y de poco nutrimẽto, pero por ſu mouimiento, es de poca ſuperfluydad. Y por eſſo dixeron los modernos, que era de conuenible mantenimiento, por ſu cõtinuo mouimiento. Empero ſer de conuenible mantenimiẽto, no lo conceden muchos de los phiſicos, eſpecialmente Iſac, que dixo no ſolamente la cola es indigeſtible, poco ſabroſa, pero y todos los miẽbros que eſtan junto a ella, por dos razones. La primera, porque eſtan diſtantes del coraçon. La ſegunda, porque eſta junto a las vias de las ſuperfluydades de camara y orina, de donde adquiere vna mala qualidad. Y anſi dixo Raſis. La cola es calida, daña el eſtomago, engendra haſtio y colera roxa. Y Galeno conto a la cola entre los miembros de mal xugo, y de dificil digeſtion. De mas que dixeron los philoſophos, que las carnes piloſas no carezcan de veneno, como ſon las cabeças y colas.

Raſis. 22 cont. c. 327

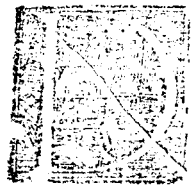
Iſac pa. die.

Raſis. 3 ad Almãſ. c. 1. Gal. lib. de cuchim. & cocobi.

© Biblioteca Nacional de España
© Biblioteca Nacional de España

De la naturaleza de la pringue, y sangre, y tuetanos.

CAP. XLV.



Ixo Galeno. Toda sangre se digiere con difficultad, especialmẽte si es gruessa y melancholica, quales la de los buyes. Empero la sangre de los animales monteses, es de mas subtil sustancia, y mas loable, porque no comen mantenimiento mucho, y exercitanse de contino y respiran en ayre subtil y delgado. Y poresso la sangre de la liebre tiene el primado en suauidad y comese guisado con su higado. Por las contrarias razones, es mala la sangre de los animales domesticos, porque comen cosas gruessas en abundãcia, de donde se les atapa los poros y vias y porende se engendran enellos muchas cosas podridas y superflaas, y porque se exercitan poco, y porque respiran en poco ayre y gruesso, y en otra parte todo vso y costumbre de comer sangre se deue euitar

Alim. 3. c. 17

Gal. libr. de alim. fac.

tar y mas en las dietas subtiles, y ansi dixo Rasis. Toda sangre es de difficil digestiõ especial la que es gruessa que declina a colera negra a manera de sangre de toro y porende se deue euitar. Empero la sangre de las aues no es tan perjudicial, porque la sangre de gallinas, y palomos, especialmente si son gordos es suaue y de facil digestion. De la sangre del puerco muchos hazen morzillas mezclãdo con ella leche y gordura con simiente de hinojo, para en tiempo de inuierno. No sabiendo quãto daño, y mal se siga, dela tal comida, y por esso la deuẽ euitar todos los hõbres. En especial los holgadas y ociosos y que no trabajan ni se exercitã. De la sangre del cabron se escriue que si estuuiere calido y reciente que rompe y quiebra el diamante y que deshaze el hierro mejor que la lima. De la pringue deuemos dezir con Serapion por autoridad de Galeno, que si fuere de animal humido se engẽdra gordura, o enxũdia, como en el puerco. Empero si fuere en animal seco, como en buey, o cabra se engẽdra sebo. Esto es lo que dixo Haliabas. La complexion de la pringue, que es la enxundia, es calida y

Rasi. 22. del cont. c 30. ex paulo.

Serapius.

Haliab. 5. theo. c. 22.

© Biblioteca Nacional de España
© Biblioteca Nacional de España

humeda. Empero el sebo es mas caliente, menos humido que la pringue, o enxũdia. Mas ansi la pringue, como el sebo, son flema y humidad superflua, relaxan el estomago, presto se alteran dan poco mãtenimiento, engendran sangre ruyn, y no loable, causan se de la frialdad de las membranas, o paniculos. Porque antes que la gordura se congele de la tal frialdad, es como azeyte, y porẽde, como por la frialdad se congela y quaja, ansi, por el calor se derrite, y resuelue: por lo qual cerca de los miembros calidos no se haze pringue ni sebo, como junto al coraçon, al higado, a la hiel. De aqui es que ansi la pringue: como el sebo, es caliente, y humedo, aunque el sebo es mas caliente que la pringue, o enxundia. Por lo qual dixo Isac. Que toda la pringue, o sebo de su propriedad es malo al estomago, y dañoso a la digestion. Lo primero, porque por su leuedad nada en el estomago. Lo segundo, porque quando se junta con otro manjar, el tal manjar quãdo se digiere, relaxa las hebras del estomago, haze lubrico y correntio, y porende debilita a la virtud contentiua, y fortifica a la expulsiua,

pulsiua, y mas en los estomagos frios por que en los calidos, las cosas vntuosas se conuierten en fumosidades, y colera, cierto el calor del estomago se enciende mas con la pringue y vnto ansi como el fuego exterior, y por esso fue parescer de Isac.

La pringue, agora sea carnosa, agora sea sin carne es de poco y mal alimento, engẽdra opilaciones, y ayuda a acrescentar los humores flematicos. Lo mismo dixo Auicena. La pringue y sebo son de mal nutrimento, y poco, leuantan el cibo, y si no fuere en poca cantidad, no son conuenibles. Finalmente, como el mismo lo dize, todas las cosas vntuosas derriban el appetito, y le debilitan, porque le relaxã, y porende corrompẽ los orificios de las venas, por lo qual no se deuen vsar cosas de pringue y mucho menos de sebo, si no es por via de hazer algun guisado en poca quantidad. Empero digamos algo del tuetano del hueso. Digo que es mejor alimento que los sesos, especialmẽte el tuetano de los huessos de la vaca es mejor que ninguno y si se come con berças, o rrepollo es muy suaue, en los animales jouenes se halla de color de sangre: en los viejos blanco

Isac pt. diet.

Auic. canõ cap. 146.

por

© Biblioteca Nacional de España
© Biblioteca Nacional de España

porque en tal edad le atray gordura, y no sangre, como lo dize Plinio. los huessos de los puercos tienen poco tuetano. Crese el tuetano al crescimiento de la luna, y devemos de entender que la sangre digerida se torna en gordera de los huessos, porque los huessos la digieren con su templado calor.

De la complexion de los hueuos.

CAP. XLVI.

LO que es simiente en los animales pedestres, es hueuo en las aues, porque assi como la simiente se haze de lo superfluo del alimento de la postrera digestion de los miembros. Assi ni mas ni menos los hueuos se hazen en las aues, de lo superfluo de la vltima digestion de los miembros. Son los hueuos comunmente reputados, apar de los phisicos por templados y semejantes a la complexion y temperatura humana. Empero esto se deue de entender de sus guiemas, porque son calientes y humidas templadamente, y no en excesso, y por esso son muy faciles de digestion, y engendran mucho nutrimento loable y sangre buena, y son de facil penetracion. Empero la clara es fria y humida con parte terrestre, y porende es de difficil digestion, mantiene poco, y no engẽdra sangre loable. Son los hueuos mejores los de la perdiz, y de la gallina porq̃ son de muy mas facil digestion y penetracion, y de presta conversion en loable sangre, que ningunos de mas fuera de esto engendran mucha esperma, y son prouocatiuos de coyto, como lo dixo Auicena, y Rasis, y Gale. affirmo, q̃ la clara del hueuo se compone de substancia de ayre, y de tierra, y agua, como el olio, empero q̃ tiene mas de substancia de tierra, que el olio, y porẽde q̃ tiene terrestridad y grosseza, y viscosidad, es difficil de digestion. Y por esso dixo en otra parte, que las yemas de los hueuos se deuẽ dar a los flacos, porque su clara es difficil de digestion, y contraria a la giema y dize Plinio, y Collumela, que el hueuo tedõdo es hembra y el largo es macho. Lo contrario dize Aristotiles. Ay tambien hueuos de viento que los ponen las

Auic. 2. can. cap. 5.

Galen. 4. de simpli.

© Biblioteca Nacional de España
© Biblioteca Nacional de España

las gallinas sin ayuntamiento de macho, esto son de ruyn sabor y muy humedos. Y dizese, que por experiencia esta cõpro uado, que el hueuo mezclado con poluos de encienso, quita la lagrima del ojo, assi lo dixo Ioan Vrsino en su prosopopeya.

Lippe meis ouis mannam cum polline thuris
Adde nec ex oculis difluet unda tuis.

Quales son los mejores hueuos.

CAP. XLVII.

DOs condiciones requisitas han de tener los hueuos para ser buenos y de buen mãtenimiento, y faciles de digestion. La primera que seã aues escogidas y loables, de edad florida, gruessas, que se ayunten con machos. Porẽ de los hueuos de perdizes, y de gallinas, nueuas gordas que se ayuntan con gallos, son los mejores. Los de mas hueuos de las otras aues, no son loables, por la mayor parte, porque los hueuos de la Auestruz o del ganso, son de mal nutrimento, y de graue olor, de difficil digestion. Empero

despues de las perdizes y gallinas, son mejores los delos anades, luego los delos ansares peores los de la Auestruz, y peores los del pauon, son demasiadamẽte calidos los de los paxaros. Lo qual dixo Galeno. Los mejores hueuos son los de las gallinas, y faysanes, los peores los de los ansarones y auestruzes, ni mas ni menos los de las gallinas viejas, o perdizes viejas, porque son graues y pesados, y de poca humedad. La segunda condicion, que seã rezientes, porque los tales hueuos son de mas abundante calor, parecese por su acceptable olor, y labor, por lo qual dan buẽ nutrimento, y confortan el calor natural. Los hueuos viejos son muy malos, y engẽdran vna sangre corruptible, porque su calor natural se desminuyo y recibieron vn calor natural del ayre exterior, poren de engendran vnos humores muy faciles a corromperse. Y quanto mas viejos, tanto mas peores, pues dixo Galeno. Los hueuos muy buenos son los muy rezientes empero muy malignos los viejos, y los q̃ fueron medios quanto mas se allegaran a los extremos, tanto mas ternan de malicia

Galen. 3. de alim. c. 21.

Gal. de alim. cap. 21.

© Biblioteca Nacional de España
© Biblioteca Nacional de España

cia,o bondad. Pues luego concluyamos, que los hueuos de las gallinas rezientes son los mejores, y que los de las otras aues son malos, y aunque los de los anadones, y ansarones tengan alguna bondad, son duros y graues de digerir, y peores los de la auestruz, porque son mas duros, de mal nutrimento, y de mal olor. Y muy mas peores que todos los de las aues son los del pauon, y porêde son indigestibles y differentes de la complexion humana. Conseruanse los hueuos frescos por el aduiento, y inuierno en paja, por el estio en saluado, y tienese por cierto, que puestos entre sal se consumen y paran vazios.

Como se deuan cozer los hueuos para que sean conuenibles a la salud.

CAP. XLVIII.

LOS hueuos son templados en calor y humidad, y conuenibles a la humana cõplexion. Los quales, como se puedan preparar en dos maneras, en agua al fuego, o immediatamente

mente sobre el fuego, y desta manera, o en cima de las brasas, o en el rescoldo. Item quando se preparan, o se quedan medio crudos, no mas que escalentados a la lumbre o muy assados, o cozidos, hasta que se paren duros o ni muy duros ni muy blandos, si no medianamente assados, o cozidos, que se dizen hueuos sorbibles, o tremulos. Quanto a lo primero dezimos, q̃ los hueuos cozidos en agua son los mejores, porque en la agua se conserua su humidad, y se hazen mas faciles de digestiõ, y pierden en la agua el graue olor, si alguno tienen, y como los que se cuezẽ se puedan cozer con caxcara, o sin ella los hueuos que se cozierẽ sin caxcara son mas loables, porque se exala su vapor y humo, y se penetran de la agua, por lo qual adquieren vna humidad suaue, y su sustancia se adelgaza y atenua mas, y por ende se hazẽ mas faciles de digestion y engendran mas loable sangre. Los que se cuezen cõ caxcara son peores, porque la caxcara detiene sus fumosidades, y los haze ser mas gruessos y que engendran ventosidad y agrauan el estomago, como bien lo dixo Isac. Empero los hueuos asados son mas gruesi- *Isac. 7. de cap. 27.*

© Biblioteca Nacional de España
© Biblioteca Nacional de España

grueſſos que los cozidos, y de mas dura digeſtion, porque en el fuego adquieren calor y ſequedad, y por ende ſu humidad natural ſe conſume, eſpecial ſi ſe aſſan debaxo de reſcoldo, o ceniza feruiente. Porque como cubiertos no ſe exalen, ni ſu olor graue ſalga a fuera, bueluenſe peores. Pero ſi ſe aſſan ſobre braſſas, exalaſe ſu olor malo, y ſale ſu vapor y humo, y anſi ſon mejores que cubiertos y de mejor mãtenimiento. Empero los hueuos medio crudos, o poquito aſſados, o cozidos, no ſon de deſechar, y dan mucho nutrimento, como lo dixo Serapion, el hueuo medio crudo da mucho mantenimiẽto, y mas que cozido de otra manera. Y anſi dixo Raſis. Los hueuos blandos ſon preſtos para deſcender, y ſon conuenibles a los q̃ les ſalio mucha ſangre, y a los que ſe les diſminuyeron las fuerças, empero los hueuos que ſe cuezen, o aſſan haſta que ſe paran duros ſon difficiles de digeſtion y de ſecan, detienenſe mucho en el eſtomago, agrauan el vientre y tripas, ſon de mucho mantenimiento, aunque no bueno, ſon vẽtoſos. Eſto dixo Galeno, y Iſac. Empero los hueuos tremulos que ſon medios, entre

Galeno. 2. de alimẽ. cap.

© Biblioteca Nacional de España

entre los duros y los blandos, conuiene a ſaber, que no eſtan duros, ſi no quajados ſon de muy buen nutrimento, faciles de digerir y de penetrar por las venas, pero no dan tanto nutrimẽto como los duros, ſon muy medicinales, para la aſperẽza del pecho y de la caña del pulmon, pues como lo dixo Plinio, eſtos hueuos tienen virtud de vino y de mãjar y por eſſo ſon aptos pa los enfermos. Pues q̃ diremos de los hueuos fritos cõ azeyte, ſino q̃ ſon peores q̃ quãtos ay aparejados d̃ otra manera, porq̃ luego ſe conuierte en colera y en humos nidoroſos, corrompen todos los demas manjares que hallã el eſtomago, agrauan el ventriculo, y corrompenſe preſto, engendran haſtio, dan grueſſo y mal mãtenimiẽto. Eſto dixeron Galeno, y Iſac. Pero es coſa de aduertir, q̃ la guiema del hueuo ſe quaja cõ el frio, y la clara ſe haze mas humeda. Al contrario es cõ el calor, pues vemos q̃ la clara ſe quaja con el fuego, y la guiema no con tanta preſteza pues vemos que ſe ſale luego liquida antes que la clara.

Iſac. doct. 5 cap. 17.

De *la leche.*

© Biblioteca Nacional de España

AVISO DE

CAP. XLIX

VCHAS gentes vſan de la leche y diuerſas naciones, eſpecialmente, los de Scocia. Frãceſes, los Getas a los quales por el mucho vſo de la leche llamã los Griegos Galactophagos, que quiere dezir, tragadores de leche, y en los Franceſes es muy antiguo ſu vſo, en fin en todas las partes hazia el norte, o ſeptentriõ es ſu vſo muy comun. Y dize el Galeno, q̃ en las naciones a donde ſe vſa mucho el comer de la leche, nunca ay lepra, que el llama elephantiaſi, y que porende los de Scytia nunca tienen lepra: empero que en Alexandria, porque no la vſan, antes comen manjares melancholicos, como ſon lentejas, carnes ſaladas harina cozida, carnes de aſnos ſyluestres, por eſſo en aquellas partes ay muchos leproſos, porende el Auicena mãdo dar leche a los leproſos. Y ay perſonas que comen leche deſtilada por alquitara y lo tienen por coſa de grã regalo y delicada. Empero eſta leche hiere

re luego la cabeça. Otros vſan de leche azeda, que ſe dize en Griego, oxigalacte, porque dizen, ſer grato al eſtomago, y q̃ es contra la colera y la haze decendir por camara. Es eſta comida muy vſada entre todas gentes, anſi corteſanas y delicadas, como ruſticos hazen de ella muchos guiſados, ſuelen freyrla con harina muy cernida y hazer natarones. Los cozineros ſuelen con ella y açucar, hazer muchos potajes. Empero quãdo hazen qualquiera de eſtos condimentos hazen los a mãſo fuego y ſiempre los menean con eſpatula, porque no ſe peguen al caço, haſta en tanto que ſe haga vna corteza. Suelen comer eſtos guiſados de leche, y harina, y hueuos, a la poſtre de la meſa. Ay gran abundancia de leche en todas partes, aunq̃ como deſpues veremos, no ay ygual abundancia de leche de cabras en todas partes porque en la Francia lo mas es leche de vacas, y de ouejas, porque ay no ſe crian cabras ſino cõ trabajo, q̃ no es tierra para ellas. Finalmente la leche, no es otra coſa ſino ſangre ſegũda vez digerida y conuertida en humor blãco en las tetas, es ſemejante en ſu complexion templada a la cõ-

© Biblioteca Nacional de España
© Biblioteca Nacional de España

plexion de los cuerpos humanos: Y por ende es para ellos vn conuenible y loable nutrimento. Empero porque los modernos vsando della mal, y de las cosas q̃ della se hazen, como de queso, naçulas, quajada, natas se hã hallado mal, y con muchos ochaques y enfermedades, poresso la han condenado por mal mantenimiento. La qual opinion se deue tener por falsa y erronea, porque como sea nutrimento ordenado de la naturaleza para mantener: es de necessidad bueno y loable, el qual haze sangre en abundancia, y aumenta el celebro, y es muy propinquo para se conuertir en sangre, como lo dixo Auicena en el segundo canon. Adonde aduierte, que aunque la leche sea sangre otra vez cozida, empero en la segunda decoction, o digestiõ, no adquiere mas calor, antes frialdad por la carne glandulosa, fria, y humida de las tetas. Y por esso dixo el conciliador. *Et si lac sit sanguis secundo coctus secunda coctio ei non caliditatem sed potius infert frigiditatem propter mamillarum carnẽ glandulosam frigidam & humidam.* De donde se saca, q̃ la leche adquiere en las tetas frialdad. Y ansi como el espiritu animal se digiere

Auic. 2. can. cap. 449.

Con. di. 147

giere dos vezes, la vna en el coraçon, la otra en el celebro, ansi la leche se digiere, o cueze dos vezes, vna vez en el higado, y otra en las tetas. Por lo qual la leche fue y es juzgada por fria y humeda, y no por caliente, como lo penso Iac. Y deste parescer fue el Galeno, y Haliabbas, y Rasis ad Almansorem A donde dixo. La leche recien ordeñada, es cercana a temperamẽto, aunque se allegue y decline a frialdad y humidad, porque se da, a los ptyficos, a las toses secas, al ardor de la orina, y tiene marauillosa operacion para los tales accidentes. Las quales propriedades no tuuiera sino fuera fria y humida. Y tambiẽ lo dixo Serapion en el capitulo de prouocantibus lac. Lo qual se prueua tambien ansi, porque la leche tiene tres sustãcias. Vna mantecosa, que es la nata, otra caseosa, de queso, otra sustancia de suero. La sustancia pingue de nata es templada en cumplexion de las quatro qualidades la sustãcia de queso es grossa y fria, la del suero es fria y humeda, porque es la agua del queso, por lo qual como sea fria por dos partes, resta que la leche es fria y humida. Empero, porque dixe que el suero

Ga. de simp. Hali. 5. the. cap. 26. Ra. ad alm. lib. 3. cap. 9.

© Biblioteca Nacional de España
© Biblioteca Nacional de España

era frio algunos phisicos dixeron ser caliente de la qual opinion paresce auer sido Auicena, y Rasis tambien paresce que lo quiso en el continente. Adonde dixo q̃ no conuenia en las fiebres, pero en otra parte dixo, que era frio. Y el mismo Auicena en otra parte dixo tambien, que el suero era frio. Empero esta contradicio se suelta desta manera. Que el suero de su yo es frio, porque es agua del queso. Empero por razon del quajo es calido, porq̃ la flor con que se quaja, la qual es del camaleon que se dize cardo ajongero, que no tiene alcarchofas, es calida, y el suero ansi sacado es calido. Otra cosa sera q̃ndo se quaja el queso cõ oximel, pues entõces el suero que sale del es frio. En fin de tres maneras se quaja la leche o con la yeruade cuajar que es la que diximos, conuiene a saber la flor del camaleonte, o con el quajo del cabrito, o con oximel. Tambien y mucho mas con quajo de liebre. Y dizen algunos que se quaja bien con las tripas del pez llamado Buruyete, y que se haze vn queso muy suaue, y con la leche de la higuera.

Auic. 2. can. lib. 8 Rasis. cõt. 20. & 21. Auic. 18 ter. cap. de apo. rem.

De la calidad y quantidad del nutrimento que se haze de la leche.

CAP. L.

DE vno de tres animales deue ser la leche escogida, de muger, de borrica, de cabra, qualquiera destas leches si se toma en estomago y cuerpo limpio de malos humores es loable, de muy buen nutrimento, y que fermosea el rostro y cuero, dando buen color, y engorda por su humidad, conuiene a los calientes y secos de su complexiõ, y a los viejos a los ptysicos es muy conuenible, y ansi dixo Galeno, que la leche es solutiua de viẽtre, da mucho alimento, y mantiene bien, conuierte se velozmente en sangre por ser en su substancia y complexion muy cerca na a ella, aumenta el celebro y la esperma, como lo dize Rasis y Auicena. La leche y guala y conforma los humores, conforta el cuerpo, y alimpiale. Finalmente, si el cuerpo ẽsta limpio, y la leche se digiere, o cueze, da mucho mantenimiento engendra loable sãgre, augmenta la carne, hu-

5. de sanit. tuend. Rasis. 3. ad al man. ca. 15. Auic. 2. cã. cap. 749.

© Biblioteca Nacional de España
© Biblioteca Nacional de España

medece loablemente el cuerpo, enternesce la carne, y haze hermoso el cuero.

De las especies de la leche.

CAP. LI.

ENTRE las leches, la mas templada, y la mejor y mas semejante a la complexion humana. Es la de la muger, despues della la de la borrica. Y despues la de la cabra. Y luego la de la oueja. Y luego la de la vaca. Y luego la de la puerca. Y en general se deue tener esta regla. Que aquella leche de qualquier animal pa ser la mejor y mas escogida, dene tener estas condiciones, el color muy blãco, claro sin amarillez, sin rubor, sin li bor bué olor, y suaue q̃ no sea graue ni asqueroſa, ni huela a otra cosa, en ſubstancia mediana, quiere dezir, que ni sea gruesa ni delgada, de suerte que si se echa vna gota sobre la vña o vn espejo, se quede acõtinuada, y abaxo ancha y arriba aguda, o apiñada. Su sabor que sea acceptable, sin sabor de sal ni vinagre ni amargor. Sobre

bre todo sea y gual en su corpulencia, y q̃ si se echa sobre cosa terſa y solida, se quede alli fixa, y no se deue tomar luego despues del parto, sino por lo menos despues de quarẽta dias, como lo dixo Hallabbas *Haliabb. 5. theo. c. 25.* Y deue de ser rezien ordeñada antes que se altere del calor, o frio exterior, porque es muy facil alterable, deue ser de animales gordos que se apacietã de buenas yeruas, y de edad florida. Y que no aya mucho tiempo que ayan parido. Y anſi dixo Iſac, que nadie deurie beuer leche de animal, del qual no ſabe q̃ yeruas pasce porq̃ si pasce yeruas menudas rezien nacidas tiernas, mejor leche terna, si pasce yeruas secas estiticas, sera buena para confortar el estomago, y para camaras, como la leche de la cabra, poque pasce extremidades deramos. Pero sera abominable leche la del animal que pace yeruas purgatiuas venenoſas, como lechitrezna, tartagos, toruisco. Hase tambien de considerar el tiẽpo: porque la leche del verano es mas templada, anſi por la templança del tiempo, como por la naturaleza de la leche, pues como no esta junto al parto sera menos superflua, porq̃ por auer ya algunos

© Biblioteca Nacional de España
© Biblioteca Nacional de España

dias que passo el parto, auraſſe consumido la humidad superflua que quedo del parto, y defecarſe ha, y quedara la humedad natural, y substancial. Empero la leche del otoño es gruessa, multiplicativa de ventosidades, y muy llena de substancia, de queso gruessa, que con difficultad se digiere, cercana a podrecerse. Empero la del principio del estio, es mediana entre gruessa y delgada, ni aguosa, o serosa, ni caseosa. La leche del inuierno es muy mala, es muy gruessa, seca por la distancia del parto. Por ende su humedad natural se consumio como lo dixo Auicena. Pues luego para que la leche pueda ser del todo buena, deue tener en si estas condiciones. Empero la que no las tiene es mala, y dañosa, porque si es gruessa, engendra piedra en los riñones, y no es buena para cholera, enciende el estomago, y renes haze ardor de orina, y opilaciones en bazo, y higado, a los que están aparejados para ellas, especialmente si es leche cercana al parto en la postrera parte del estio, o en el otoño, o inuierno, y si es la leche de animales, cuya carne es fetida como de leona, o de perra, o de animal, cuyo parto es largo mas

Auic. 2 can. cap. 449.

que el de la muger. Y si la leche fuere azeda como vinagrosa tambiē es dañosa sino fuere en los estomagos calidos y colericos, pero en los de mas es mala. Porque como dize Auicena, es fria y seca, inobediente a la digestion, agraua las enzias, daña el estomago. Finalmente engendra humores crudos. Lo mismo dixo Galeno. Y deueſe tambien aduertir. Que la leche de la qual hā sacado la nata que se dize leche desnatarada, es fria en demasia, trae y acarrea muchos daños. Y tambien la leche que communmente se vende, porque ha mucho que se ordeño es tambien dañosa, y engendra piedras de riñones, y es gruessa, difficil para digerir, y haze mas nutrimēto, especial si el estomago esta ocupado. ¶ Esto supuesto, boluamos al principio diziendo. Que la leche de la muger es de mas subtil substancia. y mas propinqua a los cuerpos humanos, y mas templada y de mejor mantenimiento que ninguna otra leche. Y por esso dixo Serapion, q̄ la leche de la muger es mas saludable, especialmente de la sana y moça y no anciana, si no de edad juuenil y hermosa, templada de complexion. Al fin

2. can. capi. 20.

Gal. 3 de ali. cap. 15.

Sera. c. leb.

© Biblioteca Nacional de España
© Biblioteca Nacional de España

concluye que es mas dulce y de mas nutri mento que toda leche. Esto mismo dixo Galeno, en la cura de la sequedad del ven triculo. Tras la de la muger, es segunda en bondad la leche de la burra, porque esta es la mejor de las de mas. Y ansi lo dixo Galeno en el lugar acotado. Y Auicena en el segundo Canon diziendo, La leche de las burras es menos mãteçosa y de menos nata, es de sustãcia. La leche de las cabras es templada y moderada, entre gruessa y delgada. La de la vaca es muy mãtecosa y gorda. La de la oueja es gruessa mucho. Y por esso dixo Galeno, en la leche de las burras ay demasiado suero, y en la de las camellas, en la de oueja mucho de substancia de queso, y porẽde es gruessa. En la de la vaca, mucho de vntuosidad y de mantecosidad. Pero la leche de las cabras, es moderada, y grande mediocridad de substancia, y calidades. Y ansi para los sanos es muy conuenible y mas que ninguna, excepto la de la muger, aunque para los flacos y magros que quieren engordar mejor es la de la vaca, por ser tan mãteçosa, como lo dixo Almansor.

Gal. 7. metho. Auic. 2. canon.

Gale. lib. de euchi. & cacochi.

Ra. 3 ad Almans.

De las

© Biblioteca Nacional de España

De las obseruancias que deue auer despues de comida la leche, o las cosas de leche.

CAP. LII.

DIXO Auicena. Conuiene que el q̃ come la leche, huelgue despues de la auer comido, porque no se corrompa ni se azede, ni tampoco conuiene dormir sobre ella, ni q̃ resciba otro mãjar. Primero que descienda la leche a las tripas, ni se deue beuer vino porque la altera y la quaja, y la haze penetrar por las venas indigesta, como paresce que lo sientẽ los phisicos modernos, esto es quãto alo primero. Quanto alo segundo, que no es menos necessario que lo primero es que despues que te aya tomado la leche se lauen los dientes, y las enzias con vino, o con aguamiel, o con otras cosas ansi semejantes que alimpian, porque dixo el Galeno. *Noui autem quemdam cui ex lactis usu dentes omnes perierunt, id quod ea de causa contigit multis aliis.* Como si dixera. Conosci a vno, el qual se le perdieron los dientes por el mucho

cã. 2 c. 444

Gal. 5 de sanit. tuend.

© Biblioteca Nacional de España

cho vso de la leche, cosa que a otros mu-
dietis part. chos acaescio. La causa, como dixo Isac, es porque como engendra en las enzias relaxacion, y las empodresce, porque relaxadas presto se empodrecen. Porende necessario es, que se laue la boca con aguamiel, o con vino, o con oximiel. Lo qual
Ga. 3 de ali. cap. 14. mando tambien el Galeno. Porque lauando las enzias cõ estas cosas, sale a fuera la viscosidad, o superfluydad que se quedo entre los dientes la qual causa relaxaciõ y putrefacion. Y porende dixo Auicena.
Auic. ibid. La leche daña a los diẽtes, corroelos y horadalos, y consumelos, y relaxa las enzias, Porẽde laue se la boca cõ vino, o oximiel. Y no solamente se entiende esto de la leche, mas empero y de las cosas que se confician della, porq̃ despues de comidas se apegan a los diẽtes y se hazẽ vnas viscosidades y podredũbres fetidas q̃ corrompen, relaxan las enzias, dan mal olor a la boca. Conuiene pues que se laue luego cõ alguna de las cosas que auemos dicho

De los daños que se siguen del continuo y frequente vso de la leche.

CAP LIII.

Aun-

AVNQVE tomada la leche en conuenible cantidad y no siempre no pueda dañar en manera alguna, mas antes aprouechar, pues tomada desta manera, como lo dize Isac, engendra loable sangre, humedece el vientre, ayuda los pulmones y vexiga, engorda el cuerpo, clarifica el color, y haze otros muchos prouechos. Empero el cõtinuo vso della, en especial tomãdo se en mucha copia y abũdancia, haze y causa muchos daños y peligros, y esto mas por parte de quiẽ lo toma que no por parte della. Por parte de quiẽ lo toma, porque no tiene el estomago y venas limpias de superfluydades, ni de malos humores. Por lo qual allende que daña tanto a los dientes como auemos dicho, no es bueno para las entrañas. Aunque la leche de cabras no sea tan dañosa, offende las tripas y humedesce las, y las relaxa. Por lo qual los que tienen el vientre, estomago tripas, debiles y flacos, no vsen assi della, como los de mas hombres, ni tampoco vsen della los que tienen las venas angostas, y estrechas, especialmente si son viejos, y frios, *Isac ibidem,*

y frios,

© Biblioteca Nacional de España
© Biblioteca Nacional de España

y frios, porque les causara opilaciones, assi en baço, como en higado, como en las venas miseraycas: y por la misma razon causara piedra en los riñones, especial si la tal leche es gruessa, como lo dixo Haliabas. La leche en la qual ay cierta substãcia de quajar y cõgelar, es mala, porque la tal substancia engendra opilaciones en baço y higado, y piedra en riñones y vexiga. Y mucho mas obrara esto si se comiere mezclada con otros manjares gruessos. Y tambien como dixo Auicena. Es mala para los neruios, y para sus enfermedades, especial si fueren frias y flematicas. Haze tambien escuridad en los ojos, y aun muchas vezes calenturas. Por lo qual, no cõuiene acostumbrar leche, ni tomarlo, sino con estomago vazio y limpio de malos humores, y sea de alimañas sanas, y no mucha ni continuo. Es conuenible a los ya varones de edad madura, y a los viejos de complexion caliente y seca, y no flematicos, ni que tengã el estomago lleno de malos humores cachochimicos, sino limpio, menos conuiene a los mancebos, porque en ellos se conuierte en colera, por el calor mordaz que en ellos ay. Ni tampoco a los flema

Hali. 5. the. cap. 26.

Auic. ibidẽ.

flematicos y frios de estomago, porque no es bastante su calor a conuertir la leche en sangre conuenible. Ni conuiene a los que tienen los hijares hinchados de ventosidad, o aparejados para ello, como lo dixo Geleno. Finalmẽte si la leche no se digiere en el estomago se conuierte en vno de dos, o en azedia, si el estomago es frio o en fumosidad y amargor, si fuere calido. Lo qual acaece quando el estomago esta frio por flema que ay en el, o quando esta calido por colera, porq̃ si el estomago fuesse calido de su complexiõ, entonces conuerniale. Por lo qual no conuiene sino en estomagos limpios, y vazios de malos humores. Esto sintio auicena en el 2. canon. cap. 444. Esto Isac en los vniuersales capitulo. 17.

Gal. 5. de sa nit. tuend.

Auic. 2. ca. 444.

Isa. de. uni. cap. 17.

Como se deua preparar la leche.

CAP. LIIII.

COMO del tomar la leche en desmoderada quantidad, y sin razon o tiempo, se sigan muchos daños, y nocumen-

© Biblioteca Nacional de España
© Biblioteca Nacional de España

tos, porque en general tomada desta manera aggraua la naturaleza, haze daño en estomago y cabeça, por esso con seguridad auemos de empeçar en poco y paulatinamente yr a mayor quãtidad, segun que el estomago lo requiera. Y por esso conuiene que la leche se tome rezien ordeñada de la teta, porque assi es mas dulçe, de mas nutrimento, mas liquido, mas facil de se conuertir en sangre. La razon es, porque la leche es muy facil de se alterar, y corrõper por la delicadez de su substancia, parece se por experiencia, pues tan presto se azeda. Porende si la tal leche se tomare assi, no se quajara. Especialmente conuerna reciente si fuere grueſſa. Tomada de otra manera, luego se quajara, y hara pesadumbre en el estomago y ahogamiento en la garganta, como lo dixo Isac, y Galeno. Y deue se tomar en ayunas de mañana, y no se deue tomar otro manjar hasta que se aya digerido, y descendido a las tripas, no se deue comer con cosas azedas, ni con peſces, porque se engendrara lepra, y otras enfermedades.

Isac. di. uni. cap. 17.

Gal. 7 met. & lib. de esuch. & cat.

De la

De la leche quajada y naçulas, natas naterones, requesones.

CAP. LV.

TODAS las cosas hechas de leche son dañosas, y mucho hierran los nobles y grandes en las comer, especialmente comiendo las tales viandas a la postre de otros manjares, no sabiendo que comiendo las assi corrompen y alteran los manjares que primero tomaron por muy buenos que sean. Porende dixo Platina. La leche quajada, que se llama requesones, o naçulas, o natas, o quajada se deue comer al principio de la mesa, porque despues de la comida, o luego se empodrece y corrompe, o haze descender el manjar crudo e indigesto. Y allende que haze grauedad y pesadumbre en el estomago, embia humos a la cabeça, donde procede ahogamiẽto, anguſtia, es duro de digestion, y peor que otra ninguna leche, engendra grueſſos humores, haze hastio, y camaras deliẽteria, como lo dixo Isac. Y tambien Rasis ad

Isaac di. un. cap. 57.

© Biblioteca Nacional de España
© Biblioteca Nacional de España

Rasis. 3. ad Alm. cap. 15

ad Almansor adonde dixo. La leche quajada da hastio, es graue y pesada, y no mueue el apetito, como es el queso fresco. Empero dela nata, o manteca que diremos, sino que es en la leche la parte mas vntuosa, y mas caliente y humeda y de mas nutrimento que la parte de queso, como lo dize Isac en la doctrina quinta. Suele hazerse aquesta nata de la frialdad de partes de noche, conuiene a saber, es aquella parte q̃ nada por encima de la leche, y por esso se llama nata, y es vna cosa muy preciada de los golosos y comedores, no sabiendo q̃ aun q̃ es gustosa y suaue al paladar, empero que relaxa las hebras y instrumentos del estomago, y que porque es de la calidad y substancia del ayre, anda nadando sobre los de mas manjares, como el azeyte sobre la agua, por lo qual se pega en los manjares vna viscosidad dela qual los mãjares se hazen mas gruessos y deleznables y porende presto descienden del estomago a las tripas, antes que se digieren. Y como sea caliente y humeda, y mollificatiua, no es approuada de los phyficos por via de mantenimiento, porque sobre manera relaxa el estomago. Y ansi dixo Rasis.

Isac doct. 5.

Auic. 2. cã. cap. 115.

Rasis. 3. ad Alm. ca. 15

Buti-

© Biblioteca Nacional de España

Butirum etiam coctum stomachum dibilitat, & dura mollificat. Por lo qual se deuen guardar de lla en especial los flematicos y personas gruessas, porque engorda mucho. Y porẽ de los muy magros podran vsar della al principio dela comida cõ mas seguridad. Delos requesones ay poco escripto de los antiguos, pues tambien son comprehendidos debaxo de la leche quajada sin sal. De los quales dixo Auicena. *Recocta minus est nociua stomacho quam caseus nouus.* Quiere dezir. El requeson menos dañoso es para el estomago, que el queso fresco. Y por esso dixo. *Quando ex colatur lactis aquositas remanet coagulatiua substantia quæ uocatur in nostro uulgari, recocta. &c.* Quiere dezir. Quãdo se cuela la agua dela leche, que es el suero, queda en el coladero vna substancia quajada y condensada, con el frio, sin quajo, ni cosa otra que lo quaje, que en nuestro vulgar se llama recocta, o requeson. Esta tal substancia mantiene el cuerpo de vn manteniimiento bueno y conueniible especialmente si les echan açucar. Es vtil a los hombres de estomago caliente, y a los que padescen camaras de cholera. En especial si los tales requesones son de

Auic. can. 2 cap. 128.

Alia. 5. the. cap. 26.

© Biblioteca Nacional de España

leche de vaca, porque son saludables alos hombres sanos. Empero no se digieren en estomagos frios. Lo mismo sintio Rasis. Adonde dixo. Massal, que se expone recocta, o requeson. Enfria fuertemente, reprime, y amansa la sed, y tiempla la cholera. Empero es malo para enfermedades de frio, y para los neruios. Esto dixo Rasis, de donde se infiere contra Platina, que los requesones son frios y humedos.

Ra. 3. Alm. cap. 15.

Erron. Platina.

Del queso reziente.

CAP. LVI.

EL queso reziente tiene muchas differencias, porque vno es reziẽte, otro es añejo Otro es medio, entre el reziente y el añexo. De lo reziente. Vno es sin sal. Otro salado Item ay muchas differencias en los quesos por parte de la leche. Pues vno es queso de leche de ouejas. Otro de leche de cabras. Otro de vacas. En quanto a las calidades auemos de dezir cõforme a Auicena, que el queso fresco y sin sal, es frio y humido engra

Auic. 2. can. cap. 128.

engrado tercero y nutritiuo, y que biẽ engorda, empero dize que es daño so para el estomago. En lo qual paresce contradezir a los mas physicos, a Dioscorides Galeno. Pues dixeron. El queso fresco y sin sal que se dize oxigalactino, es el mejor de los quesos, porque es muy deleytoso para el gusto, y no es daño so al estomago, es mas facil de digestion, y presto para penetrar empero no es de mal xugo. Y por esso el Galeno, dixo en otra parte. Todos los quesos son de mal nutrimento y xugo, sino los rezientes, porque no son de mal xugo en los cuerpos calientes q̃ bien lo digieren, y porende no es conuenible a los frios. Pues boluiendo al proposito. El queso fresco sin sal, no es malo para el estomago, aunque lo contrario dixo Auicena, antes es conuenible, con tal que el estomago no sea frio de complexion, o de humores que corran a el. La causa, por la qual se mouio Auicena a dezir que era daño so para el estomago, es, porque penso q̃ era frio y humido en tercero grado. En lo qual tambiẽ se engaño, mouido por la mucha copia de suero que tiene el tal queso fresco: por el qual es de mas nutrimento,

Dioscorid. Ga. 3. de ali. cap. 16.

Li. de bono & malo suc.

Auic. 2. cã. cap. 128.

© Biblioteca Nacional de España
© Biblioteca Nacional de España

y humedece las tripas y estomago, pues dixo Isac. El queso reziente es menos caliẽ te y agudo que los de mas. Y porende es cercano a ser frio y humedo en primero den. Y ansi se han de entender todos los authores que dixeron q̃ el queso era frio y humido, como Auerroes, y Almansor. Finalmente, como lo dize Serapion. El queso reziente sin sal quando se come es nutritiuo, y bueno para el estomago, y de buen sabor, q̃ facilmente passa a las venas y miembros, acrecienta y engruessa la carne ablanda el vientre templadamẽte. Empero ha se de tener obseruãcia que sea verdaderamente reziente, y no de muchos dias, porq̃ el queso que no tiene sal muy presto se buelue azedo. Empero ay algunos physicos que dizen, que el queso fresco de poquita sal, que es mas loable que no el por salar. De lo qual fue author Isac y Auicena en el segundo canon, adonde dixo. El queso salado, no añejo, es mas presto de digestion, que el no salado, y desciende mas velozmente, y porende no es tan dañoso al estomago frio, como el reziente, que en ninguna manera tiene sal, y por esso se deue vsar mas que otro ningun

Isac doct. 1.

Auer. 5 col. Ra. ad alm. 3. cap. 15.

Isac. di. uni. cap. 13. Auic. 2. cã. cap. eodem.

gun queso. Empero deuemos de guardar, que no sea muy salado, porque se haze seco y muerde el estomago, y enciende la sangre especialmẽte si se hizo cõ quajo pues todo quajo, es mordaz y dscatiuo, mayormente si es de liebre porque este calienta de masiadamente y causa en el queso vna qualidad que resquema el gusto lo qual no haze la flor del cardo axonjero o de la alcarchofa. Pues luego, tengasse por conclusion que el queso reziente vn poco salado, es loable, como no tenga tanto de frialdad, y humedad quanto tiene el reziẽte q̃ no tiene sal, ni tanto de calor y sequedad como el salado absolutamente, y q̃ no se coma sobre repleciõ, como lo quiso Hypocrates. Pues hablando del queso dixo. *pessimum est repletos ipsum inter potum hedere.* Quiere dezir. Es cosa muy mala los que estan llenos, comer el queso entre la beuida.

Hyp. lib. de ratione uictus in acu.

Del queso fresco salado, y añejo.

CAP. LVII.

Ansi

© Biblioteca Nacional de España
© Biblioteca Nacional de España

AVISO DE

ANSI como es muy encomẽ dado el queso fresco acerca delos antiguos: ansi ni mas ni menos por la mayor parte es deteſtado y abominado el queso añejo, aũ que no tenga sal, y el queso fresco notable mente salado, porque el queso añejo engendra humores grueſſos melancholicos y enciende la sangre, porq̃ es caliente y seco, y muy mas seco q̃ caliente, y porende se cõuierte en humos cholericos por dos razones: y porq̃ se quedo en el cierta vntuosidad y groſſura sin ningũa humedad de suero, pues se cõsumio por los muchos dias, y porque adquirio cierta agudez q̃ resquema por razon del quajo y de la sal. Tiene tambien otro daño manifieſto, que engendra piedras en la vexiga y riñones, especialmente si tras el se comen cosas diuretericas y abridoras, y esto no sin causa sufficiente. Porque como engendre grueſſos humoree cõ calor no pequeño, que son las causas principales de engẽdrar piedra, y los tales humores seã alleuados por las cosas abridoras y diureticas a los riñones y vexiga, siguese claramente, q̃ se engendra ra piedra, o humores viscosos grueſſos que detengã la orina. Engendra mala sangre, es difficil de digeſtion, haze ardor de orina, y quanto mas fuere cercano a lo nueuo, tanto sera mejor, quãto mas remoto, tanto peor. En esto han conuenido todos los phisicos, especial Galeno pues dixo. El queso mucho tiempo guardado causa sequia, y es peor de digeſtion, y de peor xugo que otro ninguno, porque el tal xugo es causador de piedra en los riñones. Pero de quantos meses se puede dezir añexo? no lo puedo hallar de ningun author, sino que comunmente se dize añejo el queso que passa de seys meses, y dende seys meses en abaxo, aun retiene nombre de queso nueuo, lo añejo dura hasta quatro años dende ay en adelante no se puede comer, pero es remedio contra lõbrizes y contra peste, y contra ponçoña. Pues luego el queso añejo es daño so y malo ni mas ni menos el queso fresco salado es malo. Como dize Isac, el queso q̃ tiene mucha sal, se haze seco, muerde el estomago enciẽde la sangre. Y Auic. El queso salado es malo para el estomago, y porẽde causa melancholia. La causa es, porq̃ es salado. Pues luego guardemonos assi de lo añejo, como

Ga. 3. de ali. cap. 16.

Auic. 2. cõ. cap. 128.

© Biblioteca Nacional de España
© Biblioteca Nacional de España

como de lo nueuo salado en demasia, por q̃ ninguna cosa buena tienẽ, ni para la digestion, ni para la orina, ni para relaxar el vientre, ni para buen mantenimiento. Esto dixeron Auerroes, Rasis, Hypocrates.

Auer. 5. colli. Rasis. 5. ad Almã. Hip. lib. de alim.

Qual sea mejor queso.

CAP. XLVIII.

SEGVN que he leydo, el queso que es medianero entre lo reciẽte y añejo, que se dize nueuo, es bueno y loable para la salud, y mientras mas se allegare a alguno de los extremos sera peor, como lo dixo Hac en las vniuersales, y particulares dietas: y ansi dixo mas abaxo. El queso blando y molle, es mejor que lo duro, y el espongioso lleno de ojos mejor que lo espeso. Finalmente, el queso que no es muy lento para partir, ni que muy presto se parte, sino que es medio, este es el mejor, y el que se haze de leche vn poco azeda, ó azetosa. Como lo dixeron Auicena, Rasis, Auerroes. Empero entre

Auic. 2. cã. cap. 128. Auer 5. col. Ras. lib. 21. cont. ca. 23.

entre las especies de los quesos el mejor es el ouejuno, especialmente el que se haze en Mayo, porque en este tiempo es la leche mejor q̃ en otro ningun tiempo, y es mejor que el queso de vacas, aunque este queso es mas gruesso y de mas nutrimento. Empero lo ouejuno es mas suaue, y de mejor olor, y sabor, y mas conuenible al gusto. Aunque algunos buenos fistores de queso dizen, que se haze vn queso el mas suaue al gusto de quantos ay, de dos partes de leche de ouejas, y vna de leche de vacas. Empero el queso de cabras que vulgarmente se dize, cabruno, es el peor de todos, no ostante que se haga de mejor y mas templada leche. La causa es porque luego se deseca demasiado y se parte mas presto, aunque lo rezien hecho es loable, y de buen nutrimento. Empero para mayor cumplimiento desta doctrina, tres reglas se deuen poner para que se pueda comer el queso sin que haga daño del parescer de los authores. La primera regla, que no coma con cosas diureticas abridoras como con perexil, apio, hinojo, pimienta, o con otras especias, con las quales y queso, suelen hazer quesadillas, o otros mãjares desta

© Biblioteca Nacional de España
© Biblioteca Nacional de España

sta manera, porque las tales especias abridoras hazen yr el queso indigesto, antes de tiempo a los riñones, y vexiga a hazer piedras, y opilaciones en baço y higado. Como lo dixo Auicena. La segunda regla es, que no se coma sino poca quantidad y no mucha, porque siendo en mucha, (como adõde no se come otra cosa) haze opilaciones en higado y baço, piedra en los riñones, humores gruessos y flematicos. Com lo dixo Galeno. La tercera, que no se coma sino despues de cena, o comida, quiero dezir, despues de los otros manjares, porque ansi conforta la boca del estomago y quita el hastio que suele quedar dela vntuosidad y grossura de los manjares. Finalmente como se escriue ad Almãsorẽ, es sello del estomago, quita el asco de los manjares gruessos y vntuosos, y dizen que aprouecha para la cabeça. Pero ha se de aduertir que el regueldo del queso que se comio es indicio de su bondad, o malicia, porque el queso que dexo gusto o sabor en la boca por notable tiempo es señal q̃ fue malo, q̃ y no se digerio, el q̃ de presto se passo su gusto es mejor, pues es indicio que presto se digirio. Son muy ala-

Auic. ibidẽ,

Gale. lib. de solu. cont.

Raf. ad almanſ. 3.

alabados los quesos de Saboya, hazen los quadrados, cõ facilidad se derriten al fuego. Tambien los de Cerdeña, y los de Milã y los de Maiorca, porque son pingues, y gruessos. Son tambien muy afamados los de Parma y Lombardia, de Aragon, y de Nauarra, aqui en nuestro reyno de Toledo alaban el queso de Pinto, y de Peñafiel Empero los que hemos dicho de reynos estrãños son muy faciles de se derretir, y deshazer en la boca, como si fuesse manteca.

Que trata en comun de los peſces de ſus daños y prouechos.

CAP. LIX.

ER muy antiguo el vso del comer pesces, Aristoteles lo refiere, pues tan amplamente trata de todo genero de pescados por persuasion de Alexãdro magno su discipulo el qual tuuo por gran regalo la comida de los pescados, y no solamente Aristoteles, empero otros muchos escri

© Biblioteca Nacional de España
© Biblioteca Nacional de España

escriuieron de los pesces, como Ateneo, Mnesistaro Attenienſe, Teophrasto Eliano, Oppiano, y en nuestros tiempos Rondoleto varon de mucha doctrina esto entre los Griegos y Latinos. Entre los Arabes Auicena, Rasis Isac finalmente fue su vso tan commun y tan extimada comida, que Hircio dio seys mil morenas para vn combite a Cesar. Y querer contar la gran abundancia que en nuestros tiempos ay đ piscinas seria empeçar y no acabar. Pues luego segun dixo Auerroes. La sangre que se engendra de los pesces, es de muy presta corrupcion, y por esso no es marauilla si de su continuo vso acaezcan muchas dolencias. La causa es como lo dize Haliabas y Isac en sus particulares porque son de complexion fria, y mucho mas humida, por lo qual son aptos a se corrõper muy ayna. Y ansi dixo Auicena. Todo pez es frio y humedo. Y mas abaxo dixo. Engẽdra flema aguosa, relaxa los neruios y no conuiene sino en estomago caliente en demasia, y la sangre que del se engẽdra en el cuerpo declina, a sutileza. Pues luego tengamos por conclusion, que como los pesces sean frios y muy humidos, está muy

Auic. 2. cã. cap. 60.

muy remotos de la bondad de las carnes y de su complexion. Por la qual no conuienen sino a estomagos calientes, y secos especialmente en tiempos y regiones calientes. Y que son muy dañosos para los hombres, y humedos, y muy carnosos. En especial a los que son de neruios mollificados y relaxados, como son los perlaticos, en tiempo de inuierno, o en tierra humida y fria, porque naturalmente entonces enfrian el estomago. Pero conuiene a los q̃ tienen mucha colera, y a los q̃ viuen en tierras calientes, y a los que estan enel estio, multiplican la esperma, y confortan los miembros de la generacion, como lo dixo Rasis. Empero su nutrimento es poco, y desciende presto del estomago: Lo qual se verifica delos peces del rio, porq̃ los marinos tarde descienden, y son faciles de digestion, y de passar por las venas, como lo dixo Isac. Finalmente ellos mantienem poco, y se desmuelen muy presto, y dan poca fuerça al cuerpo, engendran muchas superfluydades y flemas, y causan sequia, y son difficiles de digestion.

Rasis. 22. cont. 423.

Isac. di. uni. cap. 59.

De los pesces marinos.

Y CAP

© Biblioteca Nacional de España
© Biblioteca Nacional de España

CAP LX.

Ali.3.c.24. lib. de bono & molesuco.

COMO dize el Galeno. Los pescs muertos, o fetidos de mal olor, son muy malos y detestables: tienen graue olor, y son de mal mantenimiento, y son al gusto insuaues. Y poren de aqui no ay mas que tratar dellos, sino de los viuos, y no solamente de qualesquier viuos, sino de los marinos. Porque los pescs son en tres differencias. Vnos son marinos. Otros son delos rios. Otros de aguas mezcladas de la mar y de rios. Delos quales los marinos puros son los mejores. Tras estos vienen en bondad los q̃ son de aguas de mar y de rio. Y despues tras estos los de los rios. Agora no tratare mos sino delos pescs que puramente son marinos. Y estos tambien son en dos differencias: porque vnos son de alta mar criados en arenas y piedra. Otros son de las orillas de la mar de junto a las riberas nacidos en aguas someras. Pues tengase por conclusion. Que los pescs marinos son los mejores de quantos ay. Y delos mari-

marinos son los mejores los que nacen en alta mar, por ser criados entre piedras y arenas, que son los mas aprouados de todos. Porque como anden entre piedras y arenas, son exercitados, y de muy menos humidades, y superfluydades. Demas q̃ por ser marinos criados en aguas saladas, por la tal sal se consume mucho de sus superfluydades y no son tan frios y humidos por esta razon, como los de los rios. Porende son mucho mejores, y mas gustosos, mas templados, y conuenibles a la naturaleza humana. Engendran sangre templada, y abundancia de esperma, no son dxugo grueso, sino antes subtil, y no descienden presto del estomago. Y assi lo dixeron Auerroes. Haliabbas. Y Auicena. Y Isac en las vniuersales dixo. Los pescs marinos, son mas calidos y menos humidos, y menos viscosos: porque la salebrosidad de las aguas, adonde habitan, los calienta y corta y consume sus humidades, y grosseza. Y por esso su gordura es menor que de los de mas. Y dixo mas adelante, que son de menos graue olor y faciles de de digestion. Empero, que mantienen menos, y que presto se hazen sangre, y pre-

Auero. supra cã. cap. 28. Halia. 5. theo. c. 25. Auic. canõ. 2. cap. 550. Isaac di. uni cap. 59.

Y 2 sto

© Biblioteca Nacional de España
© Biblioteca Nacional de España

sto se desmuelen y deshazen y se tardan mas enel estomago, y que con el continuo mouimiento de las arenas y piedras se hazen mas tiernos, y mas blandos. Lo qual confirmo Galeno en lo de alimentis. Empero los pesces marinos, de la agua dela mar somera, que es mas cenagosa, no son tales: por causa de la corrupcion dela tierra: y por la suziedad, e immundicie. Empero los pesces criados en aguas mezcladas de rios, y de mar, no son tales: aunque mejores que de aguas puras de rio, como es parecer de Galeno. La razon es, porque por la salebrosidad de las aguas marinas que se mezclan, se consume parte de su humedad, y su frialdad se tiempla: son por la mayor parte marinos la aurata llamada doradilla. El pagro, los atunes los congrios, las rayas.

Gal. 3. alimen. cap. 24.

Galen. lib. de bono & malo succo. cap. 17.

De los pesces de los rios, y quales sean los mejores.

CAP. LXI.

Isae. doct. 5. cap. 59.

LOS pesces de los rios, como auemos dicho, en comparacion de los de la mar son malos y duros de digestion, y q̃ presto decienden del estomago, porque por razon de las aguas frias y humidas se hazen mas gruessos, y mas gordos, y mas viscosos, aunque son de mas nutrimento. Empero los pesces delos rios grandes que corren con grã de, e impetuoso y continuo fluxo, q̃ estan apartados de las ciudades, son mucho mejores que los de mas pesces de rios, porque conel tal impetu se exercitan mas y se sacuden de sus superfluydades, hazen se con tal mouimiento mucho mas tiernos, y mas faciles de digestion, y de distribucion, en especial si se mueuen y andan sobre piedras o sobre arenas, porque en tal caso seran como los de la mar. Y aun mas bondad ternan si son de rios someros, que estan iunto a tierra de aguas claras y liquidas: Porque como se sacudan y golpeen en la tierra seran mas enxutos de humidades, y seran da carnes menos gruessas, y por la claridad del agua ternan carne mas lisa y subtil, y de menos excrementos: mayormente si estan puestos hazia el viento Septentrional, que se dize cierço: porque con el mouimiento de los tales vientos, la agua se mueue impetuosamente, y la agua mouida rebuelue y sacude alos pesces

© Biblioteca Nacional de España
© Biblioteca Nacional de España

por donde crian menos de viscosidades y superfluydades, y se hazen mas tiernos y menos gruessos: y porẽde son faciles de digestion. Por las causas contrarias seran peores, y de mas mal nutrimento. Primeramente, si son de rios que estan apar de ciudades, porque como echen en ellos las superfluydades y suziedades de las ciudades, hazense gruessos y viscosos, y poren de difficultosamente se digierẽ, y presto se passan del estomago. Lo segundo, si son de rios pequeños, o de estãques y lagunas, cuyas aguas, o poco corrẽ, o se estan quietas: porque como no se exerciten, sino q̃ se esten en occio y sosiego, hazense de mal sabor y olor: porque se hinchẽ de viscosidad, y humedad, y de suziedad, como no se sacudã: en especial si las tales aguas no tienen arenas ni piedras, sino cieno y lodo. Lo mismo se dira de los pesces que estan muy hondos que no les toca el viento, o ya que les toque, estan opuestos al Austral, o abrego: porque como sea viento humido, hazelos muy llenos de humores, y atapales los poros. Porende menos se transpiran, y como por esto se hagã mas humidos y mas viscosos, son peores de dige-

digerir, y engendran vans flemas muy gruessas. De aqui se concluye que en tiempo de tempestades, y vientos grandes, y mouimientos de las aguas, son mucho mejores los peces, y de mejor alimento que quando las aguas estã quietas y sosegadas lo qual sintieron Galeno, y Auicena. Tengamos pues por conclusiõ, que los pesces de los rios caudalosos de continuo fluxo y corriente de aguas claras pedregosas y arenisças, someras o puestas al cierço apartadas de las ciudades, son los mejores los contrarios son peores. Estos tales son los que conuienen a las complexiones calientes, y a los mancebos, y a los eticos, en tierras calientes y secas, y en los estios, a los contrarios son dañosos. Suelense criar en los rios las carpas, los carpiones, las truchas, los salmones, los barbos, los burulletes, las anguillas, especialmente el albur, el saualo, y el besugo, y el sollo, q̃ algunos llaman la vallena mansa tiene gran valor, la coruina en Guadalquiuir, el salmon en Marsella, el sollo en Canaria, son tambiẽ muy alabados los pesces de Tajo por las arenas de oro.

Auic. 2. canõ c. 550.

© Biblioteca Nacional de España
© Biblioteca Nacional de España

De los peſces de las lagunas, y eſtanques.

CAP. LXII.

MVCHO haze al caſo para la bondad de los peſces, ſaber de q̃ aguas ſon, y de que ſe ha mantenido. Porque los peſces de aguas claras corrientes, y que ſe apacientan de buenas yeruas y de rayzes, ſon mejores. Los contrarios ſon malos y por eſſo los peſces de las lagunas, y eſtanques, y charcos, ſon malos y abominables: porque como los tales no ſe puedan mantener ſino de cieno y barro, y ſuciedad: ſon de graue olor, de mal xugo, engẽdrã gruеſſo mantenimiento, deciendẽ preſto del eſtomago, ſon hediondos, y por eſſo no ſe deuen de comer. Al contrario ſeria ſi fueſſen de aguas claras y no turbias, ni eſpeſſas, y que ſe mantuuieſſe de rayzes y yeruas, y grano, porque ſerian de mejor mantenimiento y mas tierno. Y no puede ſer que en aguas detenidas y quietas aya tales peſces: porque como no ſe mueuẽ

uẽ, de neceſsidad han de hazerſe grueſſos y turbios y henchir ſe de ouas, y de veſcoſidades. Delas quales coſas, como ſe mãtẽgã, los peſces han de ſer de mal mantenimiento, de mal xugo. Y anſi lo dixo Haliabbas. E Iſac en los vniuerſales, pues dixo, que en los eſtanques la mucha viſcoſidad atapa los poros de los peſces, porẽde no ſe tranſpiran ni ventilan del viento, y ſe hazen de carne medio podrida, y relaxada, y grueſſa. Y dixo mas, que en los charcos, o eſtanques, o lagunas, adonde entrã rios, y la mar eſta lexos, ſe hazen mejores peſces, q̃ en las lagunas cercanas a la mar adonde no entran rios. Porque entrando los rios en las tales lagunas, o eſtanques. lauan ſe los peſces de ſus ſuperfluydades y facuden ſe mas. Empero como conoſcerẽmos, de que paſto ſe mantienẽ los peſces, digo q̃ ſe conoſcerã, o por relaciõ de los peſcadores, a los quales en eſte caſo creeremos, o abriẽdoles las tripas y viendo lo que tienen de dentro. Como lo dixo Auicena. Empero deue ſe notar que como aya peſces que comen carnes como ſon atunes, y delphines, y los dentoles eſturianos y mullos ſon de muy grueſſo alimen-

Hal. 5. the. cap. 25. Iſaac. die. uni. cap. eo.

Auic. 2. canõ c. 550.

Y 5 to

© Biblioteca Nacional de España
© Biblioteca Nacional de España

to aunque si vna vez se digieren dan fuerça y firmeza sino que en los mas de estos ay venenosidad. Son muy alabadas las truchas del lago beñaco en el campo de Verona y las tincas del lago pedeluco y del celano, los burgetes del lago Ruscillon y del lago Brachiano y las anguillas del lago hidrio a la halda de las Alpes, y los peces de las lagunas de Mantua.

De las condiciones de los peces, si deuen ser grandes, o pequeños, o medianos, o gordos, o flacos.

CAP. LXIII.

OS peces, ni deuen ser grandes, ni pequeños, sino moderados, ni magros, ni gordos, sino medianos, porque los chicos presto se corrompen, y presto se desmuelen y resueluẽ. Los grandes como sean gruessos, viscosos, tarde se digieren y presto abaxan del estomago. Los medianos entre grandes y pequeños, son de carne loable, porque no son faciles de se corromper, y resoluer, ni son viscosos y gruessos demasiado para ser difficiles de digestion, como lo dixo Isac. ni deuen ser magros ni gruessos, sino medios, porque los magros son de poco mantenimiento duros de digestiõ, de mal sabor. Los gruessos y gordos son por su vntuosidad duros de digestion, engendran flema, y sangre serosa, e ichores, abaxan presto del estomago. Pues luego seran medios que ni seã gruessos ni magros, sino en media manera, porque ansi seran de buen xugo, y faciles de digestion. Pero deuese notar segun Auicena. Que los peces de duras y firmes, y tiessas carnes, son mejores quando son pequeños. Pero los que de su naturaleza soo de blandas carnes, y laxas, que dizen mollicias, son mejores quãdo son grãdes. Porque en los de carnes tiessas tiemplasse la sequedad de su complexion con la humidad de su edad tierna, en los muelles y laxos, quando son grandes la sequedad de su edad, con la humedad de su complexion. Porẽde, como lo dixo Ausonio poeta. El barbo miẽtras mayores, es đ mejor carne, como se nota en este su verso.

Raros excrees barbariatatus. Tu melior peiore cuo.

Aui. 2. canõ cap. 550.

Tu

© Biblioteca Nacional de España
© Biblioteca Nacional de España

Tu eres mejor en tu peor edad de vejez empero como dizen los phisicos. En general los pesces medianos, entre duros y laxos son los mejores, y q̃ los pesces d̃ rios grandes, q̃ son de carnes tiessas, duras, con viscosidad son malos y no tales, como los que dizē de piedras. Empero que los que fuerē tiessos, duros sin viscosidad, son loables y buenos. Llaman se tales los pesces que presto se parten y no hazen correa, porque no tienen mucha humidad ni superfluydad. Tales son los pesces llamados Carpas, Carpiones y Lucios que se dizen Buruietes, Doradillas, Scharos, Truchas, Reos, Bermejuelas, tambiē el Besugo que se piēsa ser, el Pagrus, porque son faciles de partir, y no tienen demasiada gordura. Por el contrario las Anguillas y las Tencas, o Tinchas, Lampreas, son de mala carne, porque son duras y viscosas, correosas, difficiles de partir. Ansi que los pesces medianos engrādeza en grossura, tiessos, y no correosos al partir son los mejores, como lo dixieron Galeno, y Rasis y Auicena en el segundo canon, cap. 550.

Gal. 3. de ali. & libr. de cuch. & cachoch.

De los pesces de escamas.

CAP.

© Biblioteca Nacional de España

CAP. LXIIII.

TODOS los pesces que tienen escamas, son de mejor nutrimēto que no los que no las tienen. Especialmente los que las tienen mayores, y en mas quantidad, y los que viuen entre piedras y arenas. La razon es, porque todas sus superfluydades y humores aquosos se van en el nutrimento y substancia de escamas. Y ansi se quedan con poca humidad y superfluydad, porē de quedan mejores, y de mejor y facil digestion. Y ni mas ni menos, los pescados de muchas esquinas son mejores, por la misma razon. Porende se sigue, que como los pescados de la mar sean de mas esquinas y de muchas mas escamas, y mayores que los de los rios, que son mejores. Porque como digo, sus superfluos humores se van en la substancia de las escamas como vemos en los animales terrestres, q̃ tienen pelos y cuernos, pues la superfluydad de la tercera digestion de los miembros

Isac en las particulares. Rasis. 4. aphor.

© Biblioteca Nacional de España

bros se va en cuernos, y en pelos. Ansi ni mas ni menos se deue dezir de los pescados, mayormente de las colas, y la carne de junto a las alas y espina de en medio, por el mouimiento continuo, por el qual se purgan y euacuan sus superfluydades. En particular se tiene por singular alimento, la cabeça del sollo, y el paladar de la tinca, y las tripas del scaro: dizẽ ser muy preciadas, y el vientre del salmon, y el higado de la Raya, la hijada del atũ, los lomos de las morenas, y de las lampreas, los hueuos del esturiõ o sollo, y se suelẽ traer salados. Pues luego boluiendo a lo que antes deziamos: todo pescado que tiene escamas es mejor, mas sabroso, mas tierno, y solido, sin viscosidad que otro ninguno, porque es de menos superfluydad y humidad, como son los pescados llamados Scardulas, Ereginas, Vesugos, Atunes, Sabalos. Empero las Anguillas, Lampreas, y Tinchas, son peores, por no tener anse schamas. Deuen tambien en el color ser como plateados, porque los de color negro o colorado, o los que tienen color de pauon, que tienen vnas manchas negras y amarillas, naturalmente se deuẽ huyr, por que

que engẽdrã apostemas en los miembros interiores y punturas en las tripas, y opilaciones: engendran mala sangre. Por lo qual las anguillas por su negrura se deuẽ desechar. Ansi dixo Galeno. La anguilla no es buena en todo, aunque sea de buena agua quanto mas si fuere de agua encenagada. Por la misma razon son malos, aunque no tanto los pulpos, xibias, como lo dixo Galeno en lo de alimentis capitulo de polipo & sepia. *De bono & malo succo.*

Como se deuan preparar los peces, o pescados.

CAP. LXV.

Etres maneras se suelen preparar los peces, o assando se, o coziendo se, o friendo se. En comun los peces cozidos en agua son mejores, porque con el tal cozimiento, se lauan y quitan sus superfluydades y viscosidades, y se penetran, y hazen mas tiernos y friables y mas faciles de digestiõ. Alomenos son conuenibles a las naturalezas calientes y secas. Empero para las frias y humi-

da

© Biblioteca Nacional de España
© Biblioteca Nacional de España

dades deuense dar cozidos en vino fuerte, con pimienta, agengibre, mostaza. A las humedas naturalezas, dēse assados, y adobados con vinagre, pimienta, oregano especialmente las sardinas frescas y el pulpo, porque por su humedad conuienen assarse. A las secas, dense cozidos con sal, eneldo: ansi lo dixo Isac. Los pesces fritos son peores de quantos ay, porque no solamente se retienen su viscosidad, empero adquieren mas por el azeyte adōde se frien, y por esso son peores q̄ los que se preparan de otra manera: allende que en demasia reblandescen el vientre, aunque son mas conuenibles a los rezios de estomago. Empero los assados son de mas nutrimento y de mas tardo descenso. Locō trario obran los pesces cozidos, especialsi se cuezen en vino con sal y puerros. Pues desta manera descienden presto, y son de menos nutrimento. Esta es la mejor preparacion de los pesces duros y no viscosos: porque los viscosos primero que se cuezgan se deuen poner en rescoldo, como lo dixo Isac en sus particulares. Traē se por exēplo las anguillas Lāpreas, que se dizen Lamprete, y las Morenas que se dizē

Isac. di. uni. cap. 61.

dizen Murene: y las Tinchas que se dizē Phycides en Griego, y en Latin Merulæ las quales comunmente se dizen Merlos: entre los quales se cuentan tambien los Tordos marinos, porque ansi el Merlo, como el Tordo tienē las escamas verdes, pero el Merlo las tiene mas anchas, y segūPlinio anda entre las piedras. Dē los q̄les dize Ouidio. *Auratis Murena notis Merulæ que uirentes.* Empero los duros y no viscosos, son el Carpion, la Carpa, y de mejor nutrimento es el Carpion, porque la Carpa viue entre cieno. El Burujute q̄ se dize Lucius. El Mero, que segun algunos se dize Murgil, y en Griego Cephalus: porque tienen gran cabeça, aunque no me determino que el Mero sea el Mugil marino, digo marino, porque el Mugil comū, es el Albur delos rios, paresce segun la descripcion de Rondoleto en parte ser especie de Assello, en parte el Attillo, y no es desemejāte del Acipenser, pescado acerca de los antiguos muy preciado. Pero que sea lo vno, que sea lo otro, el es muy preciado, de buen nutrimento. El Escaro, Doradilla, que se dize Aurata, el Sollo que acerca de algunos se dize Lupus, empero

 crecse

© Biblioteca Nacional de España
© Biblioteca Nacional de España

creese ser el Silurus, y reputase por el esturion que es el Helope de Plinio. El Salmõ el Lenguado, que se dize Solea. La Ostia que se dize Ostrea, el Cõgrio que se dize Conger, el Rodanayo, que se dize Rombus, y el Salmonete que se dize Mullus la Coruina que se dize Coracinus, el Espadarte que se dize Gladius, el Aleche que se dize Scombrus, la Perca marina que es de buen nutrimẽto. El Reo, el qual como algunos piẽsan, no es la Bermeja, porque la Bermeja es vn pequeño pez, y el Reo es grande y semeja a la tuchа, y es de mucha suauidad y de buen nutrimento. De los mas trata Plinio en el. 9. de su historia natural. Y ha se de aduertir, que entre estos pescados ay differencias en su bondad y malicia, porque el Salmonete que se dize Mullus, haze daño a los que tienen los neruios flacos y debiles y a los ojos. Y el Espadarte es mas duro de digestion y mas grueso mucho que los demas, por ser pez de mayor grandeza que todos los dichos. Y por esso dixo Vrsino hablando del Salmonete, o mullo.

Eleg. 11. *Quamuis per placeat nervis fert plurima damna.*
Mullus, luminibus sæpe nocere solet.

Pero

Pero antes que pongan a cozerse en el caldero: primeramente cuezga la agua o vino en el caldero con sus especias y yeruas, y despues quando ya este hiruiendo la agua o vino, se pongan los pesces en el, porque desta manera se haran los pesces mas sabrosos, y mas digestibles y mejores: deuen ser los pesces rezien sacados de la agua, y rezien muertos: porque de otra manera presto se corrompen en el estomago. Y deue se aduertir que algunos pescces son de mejor alimento quando estan preñados, y porende el Horacio dixo que la morena es mejor quando esta preñada q̃ despues del parto y el mugil empero el lebo marino, y el sollo es malo en su preñez. Saty. 8.

De los pescados salados, y galapagos, tortugas, caracoles.

CAP. LXVI.

LOS pesces, o pescados salados, segũ q̃ cuẽta Haliabbas son calientes y secos, porende son conuenibles en complexiones frias y humidas, empero en poca cantidad, y

© Biblioteca Nacional de España
© Biblioteca Nacional de España

comidos cõ cosas vntuosas, y esto por dos causas. La primera porque presto descienden del estomago y no hagan sequia. La otra, porque no se corrompan facilmẽte, tornandose en malos humores: y assi seran conuenibles a los que tienen flemas y humidades. Empero malos a los melãcholicos, y colericos adustos. Aũque deue se notar, que de los pescados, los que fueren blandos y molles, agora sean de poco humor, agora de mucho, no seran buenos para salar, y si dellos algunos son para ello, estos seran los blandos de poco humor. Quales son tambien los pescados, o peces viscosos de poco humor, pues son buenos para se salar: y en este lugar se puede desatar cierta contradicion de Galeno y Auicena, porque el Galeno en el tercero de alimentis, quiso que aquellos peces salados fuessen mejores, los quales fuessen mas tiempo salados, empero Auicena en su segundo canon, parece dezir lo contrario, pues quiso que aquellos peces salados fuessen mejores, que menos tiempo estuuiessen salados. La qual contradicio se salua desta manera. Que quando dixo aquello Galeno, entendio lo de los peces viscosos, y de tiernas carnes, de los quales yua tratãdo: y es verdad que estos son mejores quando estan salados de dias. Empero Auicena sintio aquello de los pescs salados que son duros, y estos mientras fueren de menos dias puestos en sal son mejores, y miẽtras de mas dias peores: porque con la sal se paran mas duros, y mas secos. Esto se parece a la clara del lib. acotado. Y porende el Assello, que en Griego se dize Onagro, y vulgarmente pescado cecial de cordel, mientras mas ha que se salo mejores. Lo mismo se dira de la sardina, que en latin se dize Halee o de la sarda. Lo mismo del atũ de vn año llamado en latin Pelamis. Lo mismo de la mielga. La qual aunque es ventosa, es de buẽ nutrimento mejor que el tollo, el quales de difficil digestion, y de mal mantenimiento. Tambien los Salmones y el Sabalo, que se dize Lacia, y en Venecia Cupea, no Clupea, porque este es vn pez tan pequeño, que se mete viuo en el guarguero del esturion, o Sollo y le desangra, como lo dize Plinio. Y el bonillo y trenque, el qual se dize acerca de algunos Alosa. Pues todos estos quanto mas que se salaron, tanto son mejo-

Auic. 2. canõ. c. 55.

9. naturalis histor.

© Biblioteca Nacional de España
© Biblioteca Nacional de España

mejores. Digo en cõparaciõ dellos, quãdo son rezẽ salados, porq̃ claro esta q̃ no tienen cõparaciõ cõ los frescos sin sal. Empero el lobo marino, que se dize Phoca y el Delphino, Dragon, Vallena, y la Orca q̃ es especie de Vallena, y viene salada de Bretaña, y los atunes grandes, y de dias, quanto mas ha que se salaron, tanto son peores. Pues al fin son de mal xugo, especial el Leon y liebre marina, por que no ocasionen de ponçoña, porque si viniendo daña con el tacto, tambien dañará muertos. Deue se tambien notar, que assi los vnos como los otros, como sean salados, son malos, de poco nutrimẽto, sino fuere por via de medicina, pues cierto son buenos para cortar flema, para vomitar, y quãto mas viejos fueren en su sal, tãto seran mas calientes y secos. Empero los mas loables son los que se echan en escaueche que tenga buena parte de vinagre, como lo dixo Rasis. Los Galapagos, Cangrejos, Tortugas, y todos los que tienen conchas de la misma manera, aunque son vn poco de su naturaleza salados, por lo qual relaxan el viẽtre, son juzgados por frios y humidos, Porque vemos que son cõuenibles a los

conti. 24, cap. 423.

ptificos y eticos, y a los que tienen calenturas de muchos dias. Su carne es difficil de digestion, dura, engendra flemas y gruessos humores, concilia sueño. y por esta causa tan bien son juzgados por frios. Empero los Astacos que se dizen Camarones marinos, y los cangrejos, o galapagos marinos son de menos frialdad y humidad, por las aguas saladas: y porende no son tã difficiles de digestion. Finalmẽte son dañosos para el estomaga y para sus tunicas neruiosas, y por razon de su salebrosidad relaxan el estomago, y mucho mas los marinos. Esto dixo Auic. Rasis, y Aliab. Toda carne de Cãgrejos es en su sabor salada, y porende haze a la naturaleza correntia, y es dura de digestiõ, y el q̃ dellos es de menos sabor salado es mas musculoso, y mas duro, y mas resistente a la digestion. De los caracoles que se dizen Natex y ay grã abundancia en el mar de Venecia y xibias y ranas, y animalejos de conchas, poco se halla escripto entre los autores, y no se mas que dezir, sino que de parescer de Corona florida, son de poco mantenimiento y ruyn, y solo inuentados por manjar

Auic. 2. can. c. 151. Rasis libr. 22. c. 394. Haly. 5. theo cap. 25.

© Biblioteca Nacional de España
© Biblioteca Nacional de España

de golosos, y no por via de sanidad, y por esso ay dellos poco escripto. Aunq̃ Galeno en lo de Enchimia dixo. *Ostreæ item buccinæ, purpuræ, crassi admodum sunt succi atque omnia denique quæ dura testa integũtur. &c.* Quiere dezir, que las Ostias animalicos de cõchas, y las bozinas, y purpuras, son de grueso xugo. Y finalmente todas las que se cubren de conchas. Empero el calamar, que en latin se dize Loligo, suele se comer crudo, empero es muy duro de digestion. Cozido, facil, y mejore es el loligo o calamar semejante a la xibia llamase calamar por que es como vna escriuania de caxas y tintero y quando se cuezze sale de ella vn humor negro. Las Ostias si son traydas del profundo del mar, porque estas son mas friables y tiernas y mas faciles de digestion. Las Somoras son de muy grueso xugo, pero tienen se por mejores quando se sacan en el crecimiento de la luna. Anssi lo dixo el poeta Vrsino, diziẽdo en sus elegias.

Galeno lib. de cochi

Ostrea non lanno ponto deducta profundo,
Cum crescunt triste lumina magna deæ.

Y segũ Galeno son de mejor carne que ningun pescado de concha y son tenidas por

por muy delicada comida y ablãdã el viẽtre. Entre las quales se cuentã tambiẽ las Telinas, que llama Dioscorides, y vulgarmente Alemejas, el qual es vn manjar ordinario en algunas partes, mueuen mucho a luxuria y son gustosas y suaues aun que de poco alimẽto. Tambien se cuenta entre los pesces de conchas la Langosta, pez no despreciado ni de mal alimento pues se pone en mesas de grandes y tiene ensi cosas notables en sus cuernos y espinaço armado de espinas para se detener y pelear. Teme mucho al pulpo y huye dl es semejante al Astaco es muy grato al gusto por el octoño. Especialmente si se toma en la crescientе de la luna, es mas facil de digestion que ningun otro pescado de cõchas come se mejor assado que cozido. Llamãle en Griego carabos este es el pez con que Tiberio Cesar rascuño la cara del pescador que se le presento.

De las condiciones que se deuen guardar en el comer de los pescados, o pesces.

CAP. LXVII.

Ocho

© Biblioteca Nacional de España
© Biblioteca Nacional de España

CHO reglas se deuen guardar en el comer de los pesces, o pescados, porque no hagan daño. La primera, que su comida no sea continua por el mantenimiento ruyn que tienen, y por los daños que accarrean. La segunda, que los pesces que se vuieren de comer, sean los mas escogidos, y mas loables, tales son los que no fueren viscosos, ni gruessos, ni de mal olor, ni que presto se corrōpā, yq̄ no seā tomados en lagunas y estanques, o en aguas de pozos, o adōde se echā suziedades, o en cieno, o en aguas en las quales nacen malas yeruas, y que no sean grandes en demasia, sino que en todo sean medianos, que tengan duras y tiessas carnes, que facilmente se partan, y q̄ sean delos q̄ tienen escamas de aquellos miembros q̄ en ellos mas se exercitan y mueuē como se ha platicado. Assi lo dixo Rasis a Almansor. La tercera, que en todas maneras nos guardemos de la leche de los pescados, porque es muy mala y corrompe el manjar que esta en el estomago, y en ella se podresce facilmete. La quarta cōdicion, que nos guardemos de pesces fritos y fiambres, en especial si se han puesto en lugar humido y lleno de agua por q̄ acarrea malos accidentes, como lo dixo Rasis, pues suelē acarrear todos aquellos daños que suelen pronenir de comer hongos. Los quales daños son squinancia, colica pasiō, angustia, dificultad de resuello, agonia, simcopasudor, frio, y algunas vezes muerte repentina, como lo dixo el mismo Rasis. Item que no se guardē en vasos de alambre, o de alçofar porque se hazen veneno mortifero, como lo dixo el autor de las pandectas. Los pesces se deuen comer calientes, y no frios. La quinta condicion, que los pesces assados, o fritos que se cubrē porque no se enfrien, son tambiē muy dañosos, porque aquella exalacion y vapor detenido, acarrea vomito, fluxo de vientre, pasion colerica, asos, y aun algunas vezes matan, alomenos hazen faltar el sentido por mas de vn dia. La sexta condicion. Los pesces, o pescados no se coman despues de fuertes exercicios, por que facilmente se corromperan, y corromperan assi mismo los buenos humores q̄ hallaren en las venas, como lo dixo Auicena. Y como lo dixo Galeno en el tercero

Rasis. 8. ad Almansor. c. 27.

Idem c. 25.

Auic. 3. pri. doct. 2, c. 7.

© Biblioteca Nacional de España
© Biblioteca Nacional de España

ro de alimentis. La septima condicion, q̃ no se coman cõ leche, porque acarrearan lepra y sarna, y otras enfermedades desta
Auic.ibidẽ. fuerte, como lo dixo. Auice. La octaua, q̃ quando se comieren pesces o qualquier genero de pescado que tuuiere hueuos se arroxen los hueuos, porque son vna comida de mucho peligro y daño, porque como dize. Aristoteles, los hueuos en los pesces son como el sebo en los animales sanguineos, ha se de entender en quãto a su ruyn nutrimẽto, pues en quanto toca a lo de mas, son muy peores porq̃ tienen venenosidad de la q̃l caresce el sebo especialmente nos hemos de guardar de los tales hueuos por el mes de Mayo pues de comer semejantes hueuos se han visto muchas vezes muertes repentinas, yo vi por experiencia y por oydas que no pocas personas padescieron agonias mortales y sincopas de auer comido pesces con sus hueuos, y no se escaparon sino por camaras y vomitos echando tan maluados hueuos, a lomenos los de los barbos y pesces de lagunas y estanches son muy peores, q̃ de otro qualquier pescado. Empero son encomendados los hueuos del esturion, q̃ lla

llamamos sollo. Llaman los en otras partes Cãiarias, comẽse crudos espesanlos y hazen los de grandeza notable, traen los en cubetas. Tambien acerca de algunos son encomendados los hueuos del Lupo pez, y del capiton, y de los carpiones, y sabalos, por el mes de Iunio. Empero yo tẽgo por mejor q̃ se arrojen, y por cosa mas segura, aunque sean mas alabados de los comedores.

De los pesces mas usuales y de sus prouechos en quãto a su alimento.

CAP. LXVIII.

EL pescado llamado cecial se piensa ser el que dixo Galeno Asellus, y es de tã buẽ mantenimiento que el mismo Galeno le daua cozido a los q̃ padescia calentura llama se Asello, porque tiene el color pardo como de asno. Ay muchas differencias del asello, el principal es el quella mamos cecial de cordel salado traye de Biscaia, e Ingalaterra es muy alabado, y muy com

mun

© Biblioteca Nacional de España
© Biblioteca Nacional de España

mun para los ayunos de la christiandad, llaman le en Francia, Merluz, o Merlo, ay otra especie del asello, que communmente llamamos truchuela, es tambien pardo, auuque tiene ciertas pintillas que tiran (sino me engaño,) ablancas, y este de que es reziente del mar es suaue y delicado, y facil de digerir, aunque no se admite en mesas de cortesanos: porque es manjar vulgar. Ay otra especie de asello, que llamamos abadejo, y machallan, este es de carne viscosa pegajosa, es para las mesa delos pobres, es dificil de digestion, llamase en el vulgar de Francia Golua. Tambien la mielga es pescado en estas partes tenido por suaue, y de facil digestion piensan ser la Galaxia del Galeno, es de blanda carne delicada, y de facil digestion. Es cierta especie de Galeon llamado Achantias, por que tiene vna aguja larga, comese cozido y frito, y es suaue al gusto: llamase otra especie Arterias, porque tiene ciertas manchitas blancas, como lenteias, y es mas duro y grueso de digestion que el que se dize mielga, y galaxia. Esta segunda especie se piensa ser el Tolio, es difficil de digestion y ventoso. Tambien es vn manjar com-

commun y vulgar la sardina, la qual si es fresca se tiene por tan gustoso alimento como la trucha, tray se salada, y es muy humida, y por esso es mejor assada, que cozida, ni que preparado de otra manera, piensan ser la que dizē en Griego y Latin Mena. Es de mejor alimento quando esta llena de hueuos, mueue mucho a camaras, y porende las llaman algunos cacarolas. La misma propriedad tienen los arenques, porque son de la misma especie, son muy buenas las frescas de Galicia, traense para nuestras partes saladas, y en escaueche. Empero suelen prouocar a vomito, y embian vn humo malo a la cabeça, el qual causa dolor de cabeça mordicatiuo, engendra flema salada, y sarna, y lepra: Empero si se come en escaueche de mucha miel y vinagre corrige se mucho. Tambiē el congrio es pescado muy vsual, ansi fresco, como salado, dize Galeno, ser de dura carne y difficil de digestion, es pescado ternillo so, y halla se de tan gran cuerpo que apenas se puede traer en vn carro come carnes humanas, y otras qualesquier, es largo y redondo es de mal mantenimiento, si se come contino causa lepra, y apostemas gruef

© Biblioteca Nacional de España
© Biblioteca Nacional de España

grueſſas, y melancholicas no le comen ſino los Eſpañoles, quando eſta ſeco ſalado ſe ſuele cozer con garbanços y puerros, y caſtañas ſecas, haze ſe de grueſſo nutrimẽto, y ſi ſe digiere da mucho, pero no bueno, porque es ventoſo, haze aſcos enel eſtomago, y regueldos, empero corrigeſe con la ſalſa que le hazen de vinagre y pan y garbanços majados con eſpecias. El ſollo, como diximos, es pez de grueſſo mantenimiento, tiene ſu carne ſabor de ternera, pero es muy ventoſo, ſu continua comida cauſa colica paſſion, es para meſas de grandes ſu higado, dizen, ſer muy preciado, el Atun, es puerco marino, ſegun algunos, porque ſe mantienen de vellota como el terreſtre, y de carnes y de otros peſcados, es de carne ſuaue y grueſſa, de que es de vn año o poco menos ſe dize palomida, y en Latin pelamis, y en eſta edad es de muy ſuaue carne, y es de meſas de principes, de que es viejo es de muy mala carne, y vicioſa cauſa punturas en las tripas, trayſe ſalado por el eſtio, ay gran abundãcia en Eſpaña enel eſtrecho de Gibraltar, y en las columnas. Tambien ſe vſa mucho entre ſeñores y grãdes la comida del pez

Empe

Emperador, que por otro nombre ſe idze eſpadarte porque tiene enel hozico vn gueſſo o ternilla a manera de eſpada eſte peſcado aunque al comer es ſuaue, es difficil de digeſtion, aunque deſpues de digerido da mucho nutrimẽto, halla ſe de tãta grãdeza q̃ algunas vezes no ſe puede lleuar en vn carro. Ay otro peſcado comun que dizen, ſabalo, y en otras partes ſaboga, pienſa ſer la clupea de Plinio, llama ſe en latin Aloſa, tiene el lomo verdinegro, y lo de mas de color de plata, haze mucho eſtallido al tiempo que ſe frie, y ſalta de la ſarten, tiene infinitas eſpinas, y porende es carne peligroſa al tiẽpo del comerſe, es mejor el del rio y mas ſabroſo que el del mar, toma ſe gran copia a la primauera, ay gran copia en Leon de Francia, enel Rio Araris, ſuele ſe traer ſalado y abierto, al principio del eſtio, y llaman le ſabalo de Azamor es muy eſquinoſo, como digo y cauſa eſquinancia ſi ſe come mucho del cauſa ſequia, es de mal mantenimiento, aunque el pequeño y freſco, que llaman ſaboga es ſuaue, y facil de digeſtion, el vſo es tenido en Eſpaña en el ayuno del auiento por vn peſcado muy preciado, es

Aa de

© Biblioteca Nacional de España
© Biblioteca Nacional de España

de muy ſuaue carne traeſſe de Laredo para lo de mas de Eſpaña por el inuierno cõ difficultad ſe halla, que peſcado ſea acerca de los antiguos, algunos ay que piẽſan ſer la Aterina, empero es manifieſto engaño, porque la Aterina es mucho menor aũ que tiene ſu figura, otros pienſan ſer el lauarono de Italia, y tãbiẽ ſe engañan, porq̃ el lauarono tiene mucho mayor la cabeça y de hueſſos mas duros, otros pienſan ſer cierta eſpecie de Gauia de carne blanca, y tambien ſe engañan de manifieſto, como en el vno y el otro peſcado ſe parece. Otros pienſan ſer el pagrus, y los que lo piẽſan no ſe engañan mucho, y porende en cierto capitulo paſado, yo afirme que era el pagrus con todo eſſo pienſo auerme engañado, porque el pagrus es algo differẽte, aunque tan ſemejante que ſe trae entre los veſugos, y ſe cuenta por tal. Otros piẽſan que es el peſcado llamado lucerna, y vulgarmente vellugo, porque vellamente reluze de noche, y anſi en Eſpaña corruptamente le dizen beſugo. Yo a la verdad anbiguo anſi en la opiniõ que haſta ahora he tenido como en las de mas, pienſo ſer el peſcado que en Griego ſe dize Erithrino y en latin Rubellius, y porende en la marina le dizẽ. Roſella, y eſte miſmo ſe llama por diuerſos nõbres como quiera que ſea es de buen nutrimento y ſuaue deſata el vientre y mas ſi eſta en eſcabeche por ſer de carne ſeca (quiero dezir ſin gordura) ſemecha con tozino y anſi ſe pone mas ſuaue al guſto es dañoſo para la teſſe y alma, porque es flematico y de grueſſa ſubſtancia eſpecialmente mechado con tozino, en eſte peſcado no ſe halla macho ni hembra porque todos tienen hueuos. A y otro peſcado que ſe dize Melua toma ſe copioſamente en Murcia es de carne muy viſcoſa y pegajoſa en tãto grado que con ningun adobo ni ſal ſe quita ſu veſcoſidad, ſus tripas y entrañas ſõ temidas por regalada comida, lo de mas es mantenimiento muy commun de jornaleros y ſegadores, es muy ſemejante en ſu figura al peſcado llamado Bonito, pero en guſto y qualidad, y en Sbia muy differente tiene vna propriedad que por qualquiera parte que le abrã por pequeño que ſea el agujero, por ay ſe va todo poco a poco, ſin que quede carne ni hueſſo, como quien pinça vn cuero, Hazia el mar occeano ay ciertas

© Biblioteca Nacional de España
© Biblioteca Nacional de España

isſas que ſe dizen Moluas por la abundancia que en ellas ay de eſte peſcado.

La boga, ſegũ delphilo, es como vna ſardina grata al paladar, cozida es de facil digeſtiõ, llamãla en Venecia borca y booba, empero aſſada y cozida es de muy ſuaue alimento, y mas guſtoſo, puede ſe dar cozida con mucha ſeguridad alos que tienẽ calenturas, la trucha ſe piẽſa ſer el pez llamado de Auſonio poeta ſelar, porque dize, que tiene ciertas betas colorados, como las vemos en nueſtras truchas, aunq̃ (como dize Campegio) ſe hallan truchas de mãchas negras, empero ſu carne es por la mayor parte blanca, aunque muchas vezes ſe halla tener la colorada, como el ſalmon, y a eſta llamã trucha ſalmonada, por que es media entre la trucha dela carne blanca, y el ſalmõ, hallanſe en los rios y en los arroyos de Eſpaña, y en muchas partes de Francia, y de Italia, es de excellentiſsimo mantenimiento, y de tanto guſto que no es meneſter ſalſa para las comer, la mas ſalubre comida es quando las cuezen con vinagre, fritas pierden mucho de ſu gracia, empero ſuelen ſe echar en pan para guardar ſe muchos dias, hallan ſe truchas de

de differentes maneras, porque en algunas partes ſe hallan con dientes, como lo eſcriue Aeliano, y en otras, ſin dientes, como en nueſtras partes, porque es vn peſcado muy manſo y que no tiene otra defenſa ſino ſaltar y eſconderſe en cauernas y agujeros, adonde ſe toma, y dize Campegio, que ſe dizen truchas porque ſe metẽ y eſconden en agujeros, que en Francia llaman trotos. El ſalmon, ſegũ algunos, es la trucha del mar es tenido cõmũmẽte, por el mejor peſcado q̃ ay en mar, y en rios, y anſi lo quiſo Maſſario, empero ſer eſſo error, y no pequeño, todos los medicos lo affirman, porq̃ ſu carne es de diffiicil digeſtiõ, y muy greueſſa y vẽteſa, porq̃ ſe ha viſto por experiencia muchos que le hãvſado, auer muerto y peligrado de colica paſsiõ empero en los que fueren robuſtos, y de eſtomagos rezios hazeſe buen mantenimiento, en los que fueren flacos, grueſſo y ventoſo, ſu cabeça es tenida por mantenimiento preciado de ſeñores, ſi la cuezen en vino con clauos, pimienta, agengibre, canela, ſuelen guardar le hecho pedaços y frito redondeado de clauos, tambien en ſal, para los ayũnos de la quareſma, deſ-

© Biblioteca Nacional de España
© Biblioteca Nacional de España

pierta mucho la gana de comer ; y haze muy gustosa la beuida, si estuuiere rezien salado, es mejor salmon el que se toma en los rios, (pues es cierto que salta del mar en los rios) q̃ no el qae se toma en el mar. Tambiẽ el burugete llamado en latin Lucius, porque se sustenta de lodo es vtual mantenimiento en muchas partes, adonay rios, es su carne dura de digestion, y de mal nutrimento, porque come cieno, y es tã golosso, que se auerigua comer se los anadones que ñadan en los estanques adõ de esta, come se los pesces pequeños, aunque seã de su genero, y las ranas, y por esso donde este pescado abunda no ay ranas el burugete de mayor cuerpo es tenido por mejor comida que el menor, tiene la cabeça muy estendida por la agua, y siempre tiene la boca abierta, y llena de diétes suelẽ comer le cozido y adereçado, cõ mãteca y mostaza, y tambiẽ frito cõ pebre es muy gustoso, si le sajan y echan dentro de las sajaduras manteca de vacas derretida. Ay gran abundancia en Ingalaterra, adõde se cuenta vna marauilla de ellos y es, que los tenderos o pescadores que los vẽden los abren el vientre para que vean su gordu-

gordura, y si acaso no los venden los tornan a echar ansi abiertos en la agua y tornã a rebiuir, porque su llaga luego se suelda. Tienen sus entrañas gran propriedad de cuajar la leche, y dizen, que es muy gustoso el queso q̃ se haze con ellas. La Anguilla segun dize Aristoteles, no se engẽdra si no que es vn pescado que nasce de los lodos y limo de los estanques, y ansi en las anguillas no ay macho ni hembra, porque ni nasce por parto, ni de hueuos. Algunos quieren dezir que las anguillas se ayuntan con las culebras, y que porende son venenosas, y Plinio dize, que las anguillas se rascan y refriegan en las peñas, y que del cuero que salta de ellas se engendran anguillas. Halla se por experiencia, que biuen fuera de las aguas, y no siempre, sino quando anda cierço: mantienense de lodo y de cieno, y comen ranas, y carne, son muy malas las de los estanques, y las de los rios, no son buenas porque aunque su carne es muy blanda y dulce, es muy glutisa y viscosa, y tray muerte repentina porque, como por su dulçura se dexa comer mucho mata de presto, y esta compro uado por la experiencia de los medicos,

© Biblioteca Nacional de España
© Biblioteca Nacional de España

que su carne causa piedra de riñones, y de vexiga y gota artetica, prepárase de diuersas maneras, quitado el cuero se cuezē en vino, y en agua cō pimienta agengibre, canela açafran, otras ay que no les quitan el cuero sino despues de cozidas, otras las assan en parrillas, empero las anguillas mayores mejor se adereçan assandose en vn asador, y comen las con ajos y azeyte, empero las anguillas que passan del rio ala mar son mejores porque estas tales anguillas se corrigen con la agua dela mar, y seles quita su malicia, y venenosidad. Tambien la lamprea es vn mantenimiento tā preciado en las mesas delos Illustres que no sera razon passar sin dezir se algo de su carne, este pescado es suaue al gusto a la fin del inuierno y principio del verano y no al fin quando entra el estio porque entonce esta muy duro por razō de cierta cuerda, o ternilla q̄ se ha endurecido en su lo no por aquel tiempo, dexemos de traer las opiniones de los muy eruditos si sea la mustella o com adreja marina, o sea sanguisuela muy crescida, por que tiene la boca muy hueca a manera de sanguisuela, o si sea la morena, o si sea anguilla,

guilla o si sea el pez, llamado remora que detiene los nauios, como lo penso Oppiano, porque seria largo de contar, solamente digamos que las lampreas tienen catorze agujeros sin aletas por donde respiran siete de cada parte quales ningun otro pescado tiene. Finalmēte la lamprea es suaue al gusto en la primauera quando es quaresma, empero su alimento es muy viscoso, como el de la anguilla, y duro y mas vale el guisado con que se come que no ellas, porque si a los cueros adereçasse con tantas especias y adobos se podrian comer, de donde se paresce quan malo es su alimēto pues ha menester tanto aparato para que se coma, muchos las come assadas en assador cō çumo de limones, otros echadas en pan con el liquor, que de ellas sale, y con especias se haze vn manjar tan gustoso que al sabor meten en su cuerpo enfermedad y muerte. Ay tambien ciertos pesces muy pequeños que llaman lampreas empero estos nunca crescen sino q̄ se quedan pequeños, y con estos suelen lī prear los capones, y los cabritos quando los assan, haziēdo ciertos agujeros en sus carnes y metiendo en ellos aquellos pes-

© Biblioteca Nacional de España
© Biblioteca Nacional de España

ces pequeños. Empero nadie comio carne lampreada de esta manera, que no sintiesse gran fatiga en su estomago. El mero es vno delos mas preciados pescados que se ponen en las mesas de los señores, pero tambien es difficil hallar como le llamen los antiguos. Finalmente por euitar prolixidad: el es vna especie del pescado llamado mugil o capiton, porque tiene grã cabeça: la qual esconde huyendo de su enemigo teniendo todo lo de mas del cuerpo a fuera y como se halle Marino, y de rios, es muy differente el vno del otro, porque, segun algunos, el mugil del rio es el albur llamado en latin alburnos, y este es muy inferior en bondad y suauidad de carne al mugil del mar, que pienso ser el mero, tiene pocas y pequeñas espinas y como tenga carnes gordas, y magras, el que fuere de carnes magras es mas suaue y mejor, y muy mas delicado al gusto porque el de carnes gruessas y pingues no es tan gustoso, ni tan bueno. Antes por el contrario causa muchas crudezas y malos humores porende se deue preparar con oregano. El Mero reciẽ salado es mejor que el fresco, finalmente, es de carne

ne suaue y facil de digestion, aunque en los que no estan vsados ale comer causa asc os enel estomago, y regueldos, su cuajar assado dizen que restituye la gana del comer perdida, como el dela gallina, sus hue uos son muy preciados, y los guardan por grã regalo, empero aderreçan los primero con poca sal y vinagre, el pulpo tambien viene a nuestras partes por tiẽpo de quaresma: llamase assi por la muchedumbre que tiene de pies los quales por la mayor parte son ocho alcabo de los quales tiene cierta concauidad con la qual arrebata tã firmemente que no dexa lo que assi arrebata: haze mencion desse pescado, Aristoteles, y Aeliano: comese assado y cozido, y mejor es cozido en agua y en su tincta y de esta manera relaxa mucho el vientre, assado es duro de digestion deuese primero açotar con vnas vergas muchas vezes: no ay pescado que tanto mueua a lúxuria como este. En fin su carne es dura de digestiõ empero si se dixere da mucho y firme mã tenimiento, trayse de Venecia, y de Esclauonia salado. Traense tambien por gran regalo a estas partes vnos pescados llamados en España lenguados y azedias, los lẽ gua-

© Biblioteca Nacional de España
© Biblioteca Nacional de España

guados se dizen en latin buglosum, y solea, porque tienen figura de vna suela de çapato, es semejante al pez llamado paxaro, y es mas suaue y mejor que el paxaro, es tenido por manjar de principes, blando y muy delicado, su carne es firme y blãca, trayse de lexanas partes y conserua se por mucho tiẽpo: trayse del mar de Narbona, tiene alguna vescosidad: empero pierdese en su adobo, suelese freyr, y comer con çumo de limones. Ay otro genero de buglosso llamado azedia, es tambien de suaue carne, aunque no tanto como el lenguado: llamãle en Narbona prepeyre aunque en esto no ay pequeña dificultad, porque otros dizen que es cierta especie de paxaro pez que en Francia dizen Flex, que es de blanca carne y blanda, Empero vemos que la azedia tiene carne dura y blanca, y porende paresce ser la otra especie de lenguado que llamã en Francia pela, es menor que el lenguado, y se dize soleola, mueue mucho el appetito por cierta azedia que tiene del adobo, aunque es duro de digestiõ, y suele causar en las mugeres mal de madre, la dorada pez es muy preciado, como su nombre lo demuestra en

ennoblece la mesa a dõde se pone por ser tan gusto y preciado que segun Eupoti, se vẽdia por grã precio, hallase tã grãde como vn cobdo, y la menor de vn palmo, la grãde no es de ta buẽ alimẽto, es pescado fabrosissimo, y muy agradable al paladar, mantiene mucho, es muy excellẽte la que se toma en el Oceano. Suele se salar y guardar se, en algunas partes se cueze en vino aguado con passas y pimienta, en otras partes se assa en parrillas y añaden sobre ella manteca de vacas, y azeyte, empero la salada pierde mucho de su gracia. Laxibia el pescado calamar, son de facil digestion, y suaues y mas la xibia que el calamar, el qual se come con vn humor q̃ echa de si como tinsta, y es suaue y mueue mucho a camara, llaman le los Franceses caseron, y dizen, que la xibia haze pingar las almorranas. La coruina llama se en latin coracinus: hallase de vn cobdo en grandeza, segũ dize Ateneo es gruesso y de mucho alimento y no malo y que facilmente se digiere, ay otro pez llamado cuerno semejante al vesugo, empero no es de tanta suauidad. Aunque Ambrosio en su Hexameron dize, ser muy tierno, piensa ser el pam-

© Biblioteca Nacional de España
© Biblioteca Nacional de España

pampano, suelen se guardar hechos troços en vinagre y pimiẽta, las ramas no son rescebidas de los labradores, porque dizen que se ajuntan con los sapos. Solianse comer solas las ancas, y ya se comẽ todas fritas con harina, y echando sobre ellas vn poco de apio, son muy suaues. Empero cozidas y despues cõ pimienta son de suaue y buen nutrimento, y no es marauilla, que comamos ranas, pues los Romanos aora comen vnos gusanos que dizen cossos. Los quales se hallan entre las cortezas delos arboles. Las ranas comidas son contra ponçoña, y contra hechizos si se cuezẽ con azeyte y sal.

Fin del segundo libro.

© Biblioteca Nacional de España

LIBRO TERCERO, DE AVISO de Sanidad, que trata de las ortalizas, legumbres.

De la ortaliza, y como las cosas de ortaliza se deuan conocer en sus calidades.

CAP. Primero.

COMO muchas vezes vsemos de ortalizas, assi en ensalada, como enteras, y cozidas, parecio poner algunas reglas, por las quales vẽgamos en noticia dellas para ver las que son dañosas, y las que son vtiles y prouechosas. Y porque esto no se puede saber sin que primero sepamos sus calidades, sera bueno poner algunas reglas para saber quales son calientes, quales frias. Pues luego para conocer que son las qualidades de las ortalizas, diremos, que aquellas tienẽ mas calor, las quales puestas al olfato echan

© Biblioteca Nacional de España

echan de si vn olor bueno o agudo, como lo dixo Auicena en los Canticos. Adonde dixo, q̃ se juzga qualquiera flor, o qualquiera cosa aromatica, por caliente en el olor agudo, exceptas estas cinco cosas, Arrayhan, Sauze, Nenufar, Rosas, Violetas, Sandalos, Alcanfor, Camphora, porq̃ estas, aunque son olorosas, son frias. Todas las de mas cosas olorosas son calientes, y por esso dixo en otra parte. No ay olores agudos sino en substancia caliente porque como lo dixo Galeno. Ninguna cosa es de olor, sino la q̃ es de substancia caliente, porq̃ por la mayor parte echa de si vapor mas que otra cosa alguna. Y por esso dixo Aristoteles. El olor es cierto calor, y las cosas de buen olor son calientes, y porende liuianas, y por esta via podremos conocer las cosas calientes y las frias porque si las calientes fuerē olorosas, las frias no ternan olor, o menos que sea agudo. La segūda via para conocer las qualidades, es por el gusto. Porque si la ortaliza fuere al gusto desabrida, como es la lechuga, la calabaça, berenjenas con osadia se puede juzgar ser fria, pues como lo dize Galeno. Toda cosa de sabor de agua es fria, pero si fuere dulçe

Auic. in cāticis. text. cōmēta. 122.

Auic. 2. can. cap. 3.

Gal. 4. de simplic.

Arist. 12. pro. pro. 31

Gal. Ibidem

ce, es caliente y humida con igual grado, anssi como lo dixo Auicena. Si fuere amarga, es caliente y seca en tercero grado. Pero si fuere salada es caliente y seca en segundo grado. Pero si fuere de vn sabor agudo, o mordaz que resquema como el ajo, y la pimienta es caliēte y seca en quarto grado. Lo mismo diremos de las cosas frias, porque si fueren azedas de sabor de vinagre, diremos que son frias y secas en segundo grado: pero si fueren de sabor adstrigente austero, diremos que son frias y secas en tercero grado, pues luego por el olor y por el sabor vernemos en conoscimiento de la complexiō de las ortalizas, aunque tambien por ottas cosas se puedē conoscer, pero principalmente por el gusto y olfacto.

Auic. 2. can. cap. 3.

Que las cosas de ortaliza no son buen mantenimiento, en especial si son siluestres.

CAP. II.

Conoscidas las calidades delas cosas de ortaliza, facilmente podra cada vno saber qual genero de ortaliza le conuenga y qual no, supuesto que el vso

© Biblioteca Nacional de España
© Biblioteca Nacional de España

continuo de ortaliza no es conueniblc para la ſalud del cuerpo humano, antes por el contrario es malo, porque como di ze Auerroes. Todas las yeruas de ſu natu raleza inclinan a engendrar humores me lancolicos, excepto la lechuga, borraja, lẽ gua de buey, eſcarola, achicoria. Por lo qual, como el dize no conuiene por via de mantenimiento, ſino por via de medi cina, para refreſcar y humedecer, en eſpe cial en tiempo de eſtio en tierras caliẽtes. Como en tiempo de inuierno coſas de or talizas caliẽtes: pues Auicena dixo. Que el conſeruador de la ſanidad eſtudie en no dar mantenimientos medecinales, como ſon coſas de ortaliza, y fructa ver de, y otras anſi, Porque ſi fueren de ſub ſtancia ſubtil, engendran ſangre ſubtil, y queman la, ſi fueren de ſubſtancia grueſſa, engendran flema, y humores que agrauã la virtud. E tambien Galeno dize, ningun genero de ortaliza es de buen manten miento. Lo qual tambien aprouo en el li bro de los alimentos, a donde hablãdo de la lechuga dixo conuiene ſaber de todos los generos de ortaliza engendraſe po quita ſangre, y de ruin mantenimiento, empe-

Auer. 5. coll.

Auic. 3. pri. docto. 2. c. 7

Gale. lib. de euchimia et cacoch.

Ali. 3. c. 38.

empero ẽla lechuga ni ſe engẽdra mucha ni mala ſangre ni abſolutamente loable. Empero haziendo comparacion de las or talizas domeſticas, q̃ ſon las de los huer tos o huertas, a las ſilueſtres que naſcen en los campos y mõtañas, hemos de dezir con Iſac, Que las yeruas naſcidas en luga res vmbrios y humidos ſon mas faciles de digeſtiõ, y mas faciles de penetrar, por las venas, aunque por ſu mucha humidad ſon tardas de ſe aſsimilar a los miẽbros, engendran ſangre ſubtil y aguoſa de po co y no loable mantenimiento, Empero las yeruas ſyluſtres ſon al contrario, por que ſon duras y difficiles de digeſtion, y de penetrar, Pero ſon mas preſtas para ſe aſsimilar a los miembros y de peor nutri mento o mantenimiento, y aſsi lo dixo el Galeno. Todas las ortalizas ſilueſtres ſon vltimadamente de mal xugo, y puſo por exemplo la lechuga cãpeſina, y de la miſ ma manera ſon muy malas todas rayzes de las ortalizas, y rauanos y ajos. Por lo qual todo genero de ortaliza, eſpecial de la campeſina, ſe deue dexar porque es ma la para la ſanidad, loqual ſe deue entẽder por via de mantenimiento, quando que-

dicti uniuẽ. cap. 12.

Gal. libr. de euchi. et cacoch.

© Biblioteca Nacional de España
© Biblioteca Nacional de España

remos restaurar o reparar los miembros resolutos y desustanciados, porque en tal caso serian cosas de ortalizas dañosas de poco y mal mantenimiento. Otra cosa seria en tiempo de enfermedad, como si vuiesse fiebres, porque entonces por via de medicina conuernian lechugas, escarolas achicorias, o frutas como granadas mançanas, o quando por mucho calor quisiesemos refrescar, por el contrario en enfermedades, y disposiciones frias se deuria hazer.

De los grados de las medicinas a donde se trata de las ensaladas.

CAP. III.

ORQVE muchas vezes hemos hecho mẽciõ de los grados de las medicinas. Pues vnas son calientes, o frias en primer grado. Otras en segundo. Otras en tercero. Otras en quarto. Aquella yerua o medicina se dira caliente en primer grado q̃ es obscuramente caliente de suerte, que notablemente no saca el cuerpo, fuera de su natural complexion a le alterar en calor. Como podemos poner por exemplo a la mançanilla. Empero aquella yerua o medicina sera caliente en segũdo grado, quando notablemente, calienta de suerte que el cuerpo sienta de la tal yerua o medicina algun calor. Como es el hinojo. Empero aquella yerua o medicina se dira caliente en tercero grado, quando de tal suerte calienta a nuestro cuerpo que le haze enfermar, o le haze auer demasiado calor: como es la mostaza y pimiẽta. Empero aquella yerua o medicina se dira en quarto grado caliente, la qual ya quema y adure, o mata al que la toma. Lo mismo se dira de las medicinas frias. Vengamos pues aora a los mantenimientos medicinales, y pongamos exemplo en la ensalada, la qual en latin se dize Acetaria, es cierta mistura que se haze de yeruas diuersas crudas con azeyte y vinagre y sal. Tiene esta manera de comida mucha gracia y autoridad por todo el año, especialmente en la primauera quando empieça la quaresma porque en ningun otro tiẽpo es tan agradable, come se al principio

© Biblioteca Nacional de España
© Biblioteca Nacional de España

de los manjares para despertar la gana de comer, y para refrescar el calor, y por ende se deue comer en poca quantidad y cõ moderacion, porque de otra via, digo haziendo comida en tal manjar, causar se hã muchas enfermedades y daños en el cuerpo humano, porque cierto no se deué poner en las mesas por razon de mantenimiento, antes por razon de remedio medicinal, como hemos dicho, porq̃ es cierto que comiendo ensaladas desmoderadamente se congela en el estomago vn çumo verde: el qual causa aquella maligna colera llamada porracea, que es como color de puerro, qual vemos que se echa por vomito, la qual colera no se engendrara de carnes, ni pescados, ni de pan, ni de otro mãtenimiento semejante. Y ansi segun trae Campegio, se engendraua mucha lepra en las regiones de Egypto, por comer mucha diuersidad de ortalizas, por ser vna tierra tan fertil. Mas empero no traygamos exemplos de tierras lexanas, si no vẽgamos a nuestras tierras, en las quales por experiencia vemos que los que hazẽ comida de ensaladas y ortalizas tienen en sus gestos y caras mas diuersos colores q̃ el

el arco celestial, y esto no lo digo, por quitar el vso de las ensaladas, sino para que en ellas se ponga moderacion, y que se haga de ortalizas calientes y frias, para que las vnas se tiemplen con las otras. Ansi como haziendo ensalada de lechugas, y de mastuerço, o sino poniẽdo en lugar del mastuerço, poca cebolla con mucha mayor parte de lechuga, o de escarola. Los flacos de estomago, y viejos deuen comer la ensalada cozida cõ poco vinagre, y muy aguado y con azucar. Las ensaladas del inuierno deuen ser de berros, escarolas, borrajas, guardãdo siempre de echar muy poquita çebolla, y puerro, y rauano, porque si echan en notable cantidad causarã en los cuerpos fiebres y pestilenciales enfermedades.

Que tracta de las azederas, y apio, de sus daños y prouechos.

CAP. IIII.

PVES luego vengamos a yeruas particulares, que se comẽ y venga primero la azedera, que se dize oxalis, en latin acetosa, esta es fria en primer

© Biblioteca Nacional de España
© Biblioteca Nacional de España

grado, y seca en segundo, reprimela cole ra estriñe el vientre, mata la sed, como lo
Auic. 2. cã. cap. 4 dize Auicena y Rasis. Y porende conuiene al fluxo de vientre y dissenterias. Ay otra especie que se dize romaza semejãte a la acelga la qual adereçada como la acelga es mas suaue: cozida ablãda el vientre da gana de comer, ansi de la romaza como de la azedera se haze salsa para los manjares como del agraz y su çumo no tiene menor gracia que el agraz en tiempo del verano y del estio: de ellas cozidas y de las alcaparas se haze ensalada para despertar la gana de comer. El Apio es caliente en primero grado y seco en el segundo, como lo dixo Auicena. Esta yerua resuelue
Rasi. 3. ad Almãs. c. 18. vẽtosidades, abre opilaciones, aplaca dolores, prouoca vrina y sudor. Empero por via de mantenimiento es mala yerua por que daña al estomago, mueue gota coral, incita a luxuria, haze apostemas, y pustulas, en la cria o criatura que esta en el vientre, disminuye y mengua la leche que tiene la muger en las tetas. Porque irita a coito y luxuria. Y tambien esto dixo Isac, y
Aui. 2. cã. c. 56. Rasi. 23. cõt. c. 608. Rasis y Auicena. La razon porque causa gota coral y daña al estomago y a la madre,

dre, es, como lo dize, Isac, porque abre camino para que los humores y superfluydades corran a la cabeça, y al estomago a la matriz, por lo qual se engañan los que dizen que conuiene al estomago, tiene empero virtud de quitar el mal olor ala boca. Especialmente quãdo es de vino, o de comida de ajos. Esta yerua es muy conueble para guisados, porque es grata al paladar aunque no al estomago, porque haze buen sabor en las carnes ansi cozidas como assadas mueue orina y quiebra la piedra de vexiga y riñones.
Rasi. Auic. ibidem.

Del basilicon mayor y menor, que se dize albahaca.

CAP. IIII.

Porque algunos suelẽ echar albahaca en las ensaladas, tẽgo por biẽ de escreuir algo della. En quãto tengo entẽdido el basilicon mayor (del qual aora tratamos) que en nuestro comũ hablar español se dize albahaca, de las hojas anchas, es caliente en segundo grado, y seca en primero, como lo dixo Isac por

© Biblioteca Nacional de España
© Biblioteca Nacional de España

Gale.lib. de morbo & syn. authoridad del Mesue en las particulares y Galeno pues dixo. Que el basilicon, engendraua roxa colera, tiene facultad de mouer ventosidades y de engẽdrar leche, es de difficil digestion, y haze obscuridad en la vista, engendra sangre melancolica, como lo dixo Auicena. Empero el basilicon menor, que se dize gariofilato, es caliente y seco en segũdo grado, como lo dixo Auerroes: cõuiene para el salto del coraçon, abre las vias del celebro, alegra, vale contra almorranas y melancholia, Empero dixo Rasis que el Albetarogi, q̃ es el Basilicon menor acarreaua dolor de cabeça, y que deseca la leche y esperma, y dixo Serapion, que conuenia para el estomago y higado frio y para el coraçõ por via de remedio, porque por via de nutrimento es malo, de mal mantenimiento, dificil de digestiõ, como lo dixo Rasis por lo qual no aconsejo a nadie le coma en ensaladas, ni por si. Aunque Galeno, y los de mas Griegos parezcan en alguna cosa contradezir a estos Arabes, porque dizen ser contrario al estomago, especialmente Crysippo, que dixo causar tristeza

Can.2.c.16

Auer.5 col.

Rasi.cõt.22 cap.534.

Ibidem.

lo

© Biblioteca Nacional de España

lo qual se deue entender del Basilicon mayor.

De las acelgas que se dizen betæ en latin, delas borrajas lengua de bucy.

CAP. V.

SEGVN Rasis, dos especies ay de acelgas. Vna cuyo verdor tyra vn poco a negro, y esta restriñe el viẽtre. Y otra cuya verdor tyra a blanco, y esta relaxa el vientre, la vna especie, y la otra es mala segun el mismo, son calientes y secas en segundo grado, aunque Auerroes. y Haliabas, dizen, que engendran humores gruessos viscosos y flematicos, y Galeno, dixo que es mala para el estomago, y que relaxa el vientre por la virtud de sal que tiene. Y que su mantenimiento es poco, como de las otras ortalizas. Y que es mas apta que la malua para las opilaciones, especial si se come con mostaza. Y que es buena para los que tienen baço. La borraja y lengua de buey son buenos alimentos, segun

Rasi.22. cõt cap.426

Auer.5 col.

Hal.5. the.

© Biblioteca Nacional de España

gun Galeno. Es caliente y humeda en primero grado, y porende echada en vino, da alegria, y conuiene para la tosse, conuiene a melancolia a tristeza, alegra el coraçon. Podemos vsar destas yeruas con seguridad en ensaladas, son sus virtudes tã conoscidas que no ay que tratar dellas.

De las berças y su nutrimento.

CAP. VI.

TAS verças son de tres maneras, vna verça es inuerniza q̃ tiene las hojas blãcas, y apiñadas jũtas vnas enzima de otras, y esta se dize en Italia capucio, otra es veraniega, la qual tiene las hojas apartadas, y derramadas, suelese llamar yãta, Otra ay redonda que se dize repollo, esta es de estio y como qualquiera dellas es fria y seca, y porende engendra melancholia y humores grueſſos, aunque no resquema: porende se tiene en las cozinas por mejor q̃ qualquier genero de verça, porque sus pẽcas son mas dulces y mas tiernas, y antiguamente se llamo Sabellico, y aunque es verdad que es mas gustosa q̃ ninguna verça y suaue: empero es mas dificil de digestion. Empero la verça o llanta es mas mordaz y aguda, prouoca a vrina y relaxa el vientre si se cueze simplemente. Empero cozida dos vezes, o muy recozida, detiene camaras la causa es, porque se compone de dos substancias, de substancia subtil de fuego, la qual esta en la parte interior, y de substancia grueſſa y terrestre la qual esta en la parte superficial de a fuera. Y porẽde coziendo se simple y moderamente, como por la tal decoccion, no se resuelũan las partes subtiles de fuego, relaxa el vientre y mueue a vrina. Empero coziendo se mucho o dos vezes, como se resueluan y gasten las partes subtiles y queden las grueſſas y terrestres, estriñe el vientre y de tiene camaras: y mientra mas se cueze, mas se haze estreñida: porende mal hazẽ en estos tiẽpos de cozer mucho las verças porque allende q̃ hazen el caldo mas grueſſo o espesso de tienẽ la camara. Finalmente qualquier genero de berça se deue comer desta manera, deue se primero partir y dispues poner se en agua muy

© Biblioteca Nacional de España
© Biblioteca Nacional de España

muy calida y sacar se della y cozer se con carne gorda de carnero y tozino pimienta culantro, cominos ajos. Porque preparando se anſi se quita mucho de su malicia, como lo afirmo Auicena diziendo. El nutrimento de las coles es poco y mas humedo que el de las lâtejas, y la sangre que dellas se engendra es mala, empero quando se cuezen con carnes gordas o con gallina se tornan algo buenas. Son malas para el estomago, y de tarda digestion engruessan la sangre, hinchen de ventosidad hasta el pecho, hazen el cuerpo doloriosso. Especialmente el repollo es de mas gruesso nutrimento por ser cerrado y no ventilar se del ayre. Y porende es de mas superfluydades, y fue sentencia de Almãsor, Que cierto genero de verça que se dize imperial, es caliente y seca, engendra malos sueños y colera retostada. Empero las verças deuense comer de parte de inuierno, y coziendose poco, quitan la embriaguez, porque desseca los vapores, como lo affirmo el Galeno. Y aun porque haze yr la parte gruessa del vino a los intestinos, y la parte subtil por vrina, lo qual haze segun la substãcia de fuego enitrosa que

Auic. 2. can. cap. 143.

Almanſ. 3. cap. 28.

Galen. 2. de com. local.

© Biblioteca Nacional de España

que tiene. Y porende no embriagara. Y por esso dixo el Italiano en su perque.

Le caule tutte fa colera negra,
El peto alarga le fa mal ſommiare,
El uentre moue le fa deſembriare.

De la Endiuia, y de una especie suya que se dize Achicoria, y escarola, y de la Ajongera.

CAP. VII.

LA Endiuia, segun dize Auerroes en el quinto de su colliget, es en dos maneras. Vna es domestica. Y otra es campestre. Esta es fria y seca, y llama se Achicoria. La domestica es tambiẽ fria, y mas humida. La domestica es tambien en dos maneras, porque vna es del inuierno, y otra es del estio. La del inuierno se dize Escarola, es fria en fin dẽl primer grado, y tan poco seca, que dizẽ algunos que es humeda. Es la Escarola de poco amargor, y desabrida por el tiempo y frialdad, humidad q̃ le causa el inuierno quando se cria. Empero tiene vn poco de sabor estip

© Biblioteca Nacional de España

estiptico, por donde parece ser seca. La endiuia domestica del estio tiene mas notable amargor, es fria y seca en primer grado, aunque algo mas seca, y porende engẽdra peor sangre. Finalmente la endiuia domestica, que es la escarola, es mas fria y humeda en comparacion de la syluestre y su amargor se haze mayor en el estio, y declina a vn poco de calor. Tiene virtud de abrir opilaciones de higado, y venas, y de todos los miembros interiores, aplaca el feruor de la colera, conforta el estomago y es vno de los remedios para el calor del estomago, y higado, y no es malo para la frialdad de estos miembros, como lo dize Galeno. Finalmente la escarola tiene casi las mismas propriedades que la lechuga, ella en inuierno y la lechuga en estio: Y la ajongera llamada sonchos en verano, la qual si es tierna, no es mala hortaliza para ensalada, y Galeno, y Paulo, la ponen por buena hortaliza: engordan con ella los conejos, y refresca, y es como la escarola en su templança, si no que es mas estiptica. Empero la endiuia campestre q̃ se llama achicorea, es fria en primer grado, y seca en principio del segundo grado, tiene

Gal. 8. de cõ posi. local.

© Biblioteca Nacional de España

tiene mas virtud para confortar el estomago que no la domestica, su çumo beuido tiene gran prerogatiua para la mordedura del alacran, y tambien ella majada y puesta encima de la mordedura, como lo dixo el Galeno, y como de ella escriuio Rasis. Y tienen algunas señoras illustres por cosa cierta que beuiendo el çumo de la achicoria se haze el rostro mas alegre y colorado.

Rasis. 23. cõt. c. 814.

De *la oruga, y hinojo.*

CAP. VIII.

LA oruga, segun dize Aliabbas, es caliente en tercero grado y humida en primero. Aunque segun sentencia de Isac en sus particulares, y Almansor, es caliẽte en segũdo, y humida en primero. Engendra mucha esperma, e irrita a luxuria, haze dolor de cabeça, prouoca orina, relaxa el vientre, leuãta ventosidad, es de tarda digestion, conuiene mas a los frios que a los calientes, haze erection en la ver

Rasis ad Almans. ca. 18.

Cc ga

© Biblioteca Nacional de España

ga. Por lo qual el que quisiere tener acceſſo con muger coma la ſola. El que no, coma la con lechugas, o achicoria, o eſcarola. Al menos coma eſtas ortalizas deſpues de la auer comido, como lo dixo el Galeno. Y como lo dixo Almanſor en el lugar acotado, lo miſmo dixo Paulo Egineta, anſi. *Eruca calida eſt genitale ſemen producit, libidinẽ excitat, atque eam doloris capitis ſpeciem quam cephaleam uocant.* La cauſa porque excita coito y leuanta ventoſidad, es porque ſu calor es mayor, que ſu humedad. Finalmente, haze abundar la leche, y eſperma. Empero deſtruye la digeſtion, y aprieta el viẽtre. Huyan de ella los religioſos y clerigos porque (ſegũ ſe experimenta) prouoca mucho a luxuria: quede ſe para los deſpoſados impotentes: de ella hecha ſalſa con miel y miga de pã ſe puede vſar en las comidas de peſcados eſpecialmente del Atun, y anſi ſera gran irritamento para la generacion. El hinojo y el apio, y la oruga ſon de mal nutrimento, a lomenos el hinojo, ſi ſe come mucho del porque aunque es verdad que abre las opilaciones del higado y baço y venas y prouoca vrina, y haze abundar la leche, y aclara la

Ga. 2. de ali. Paul. egine. lib. 1.

la viſta, Empero engendra poca ſangre y ſubtileza la demaſiadamente haze colera roxa. Y ſi mucho mas ſe vſa, colera aduſta, Y finalmente por ſu continuo vſo reſoluiendo lo ſubtil del humor, dexalo mas craſſo, y grueſſo y acoſtumbrandolo anſi engendra piedra en riñones y vexiga. La cauſa es porque lleua los humores grueſſos y viſcoſos, e indigeſtos a los riñones y venas vreteras, y vexiga. Y aunque de ſi yo es prouocatiuo de vrina, caſualmẽte, y de per accidens es cauſa de piedra, por lleuar conſigo el xugo grueſſo a las tales partes, y con ſu calor reſoluiendo lo ſubtil y dexando lo mas grueſſo. Eſto dixo el Galeno, en el libro de ſolutione cont. es caliẽte en tercero grado, y ſeco en ſegundo, ſegun que lo dixo Auerroes. Cauſa buen olor en la boca, y mas quando ſu ſimiente eſta verde, hay vna eſpecie de hinojo que ſe dize dulce y eſte es mas ſalubre, ſu ſimiente hecha poluos, y pueſta ſobre las peras o manças aſadas, o ſobre los durazno y melocotones los haze muy ſuaues, y quita ſus daños.

Auc. 5. col.

© Biblioteca Nacional de España
© Biblioteca Nacional de España

AVISO DE

De las lechugas.

CAP. IX.

I entre las ortalizas ay cosa de buen nutrimento, y aprouada. Es la lechuga, la qual es fria y humida, en el principio del segundo grado, como lo dixo Auerroes: aunque Haliabbas y Auicena. Dixieron que era fria y humida en lo postrero del segundo grado. Y assi lo quiso sentir Paulo Egineta. Engendra mas loable sangre que otra ninguna ortaliza, como lo significo Auic. pues dixo, q̃ la lechuga cozida, o por lauar, es la mejor. Porq̃ quando se laua adquiere vna ventosidad, como todas las demas ortalizas frias quando se lauan, y que assi la cozida, como la por lauar: concilia sueño, quita las viglias, cõuiene al ardor del sol, a la alienaciõ del juyzio, quita la ictericia y el ardor d̃l estamago, y porẽde dixo Isac. Sõ loables las lechugas en hazer buena sangre, porq̃ engendra vna sangre, cercana

5. col. Hali. y The. Au. 2 can. ca. 452 Paul. lib. 1. cap. 74. Auic. ibidẽ.

na ala natural mejor q̃ todas las d̃ mas yeruas, assi en quãtidad como en qualidad, y sino se laua cõ agua es mejor: porq̃ la agua la añade humidad. Digerese presto, puoca orina, aplaca las vascas, o acrimonias del estomago: las quales prouienen de colera, quita el dolor de cabeça q̃ prouiene de colera, es mejor cozida que cruda, acrescienta la leche en quantidad y qualidad por la buena sangre que engendra. Comida sobre los manjares quita la embriaguez, cozida y hecha ensalada es de mucho prouecho en tiempo y tierras calientes y segun Plinio, da gana de comer. Antiguamente no las comiã, porque deziã que la Diosa Venus escondio debaxo de sus hojas a Adonis despues de muerto, sus tallos en conserua son muy vtiles contra el calor del estomago y para conciliar sueño. Pero quando ya la lechuga tiene leche, y se ha parado dura y estitica, haze se amarga y abridora, engendra mala sangre. Y porende haze obscuridad en los ojos, disminuye la esperma, debilita el calor natural, como lo dixo Rasis, y Galeno. En fin debilita la vista, enfria el cuerpo, haze le perezoso, daña a los intestinos, quita el

3. ad Alim. cap. 38.

© Biblioteca Nacional de España
© Biblioteca Nacional de España

apetito de la luxuria porẽde se deue vsar con moderacion, y no de continuo, aora sea la lechuga sin leche, aora ya de leche. Empero como segun Theophrasto aya tres especies de lechugas vna de tallo ancho, y otra de redondo, y otra repolluda semejante a cardo esta postrera se tiene por mejor: ha se traydo de Granada, a nuestras partes, y es muy tierna y suaue, otros ponen el genero de lechugas, segun su color, porque vnas son blancas, y estas son las mejores. Tienen muchas hojas y gran çumo. Empero las negras y coloradas, son peores amargas, y tienen mucha leche, porende causan sueño.

De la melissa, que uulgarmente se llama torongil, y de la menta, que se llama yerua buena.

CAP. X.

Hercul. ca. de melan.

LA melissa o torongil segun dize Herculano en el capitulo de melancolia sobre el letificante de Almansor, es caliente y seca en el segundo grado, y ayuda a la digestion, quita el singulto, o sollipo: da buen olor a la boca, conforta el coraçon, incita el apetito, cõuiene a todas las enfermedades de flema, y melancolia, quita las ventosidades: por lo qual muy bien se puede echar en ensaladas, especialmente en las de lechugas, escarolas, y de las mas yeruas frias. La mẽta quasi tiene las mismas virtudes de confortar el estomago, de mouer el apetito, irrita a luxuria, corrige la putrefactiõ de los humores, tiene austeridad, y aromaticidad, y porende es muy buena para confortar, y segun Auicena: es de su naturaleza caliente, y seca, en segundo grado, por lo qual como dize Serapion, se come bien juntamente con los manjares. Segũ Galeno y Actio incita a luxuria, por vn poco que tiene de ventosidad, lo contrario quiso Aristoteles, en sus problemas. Y Plinio dixo, que dada con agua miel refrena la luxuria, y detiene la generacion, porque dize que congela los miembros genitales, ansi en hẽbras como en machos Es muy buena cõ leche para que no se quaje en el estomago.

Auic. 2. can. c. 496.

© Biblioteca Nacional de España
© Biblioteca Nacional de España

Del maſtuerço, perexil y uerdolaga, berros moſtaza.

CAP. XI.

EL maſtuerço, ſegũ algunos es caliente y ſeco en quarto grado. Lo qual dixerõ por ſu acrimonia, y mordicacion deſmedida. Empero deueſe creer con Auicena, que es caliente y ſeco haſta el tercero grado. Alimpia los pulmones, conuiene al aſma y a la groſſeza del baço. Empero por la vehemencia de ſu mordicacion es dañoſo para el eſtomago: aunq̃ haga y mueua el apetito, augmenta la luxuria, y vale para muchas enfermedades, reſuelue las ventoſidades: empero detiene la digeſtiõ y da dolor de cabeça por los humores q̃ leuanta con ſu exceſsiuo calor, tiene fuerça de expeler lombrizes, como lo affirmo Raſis. Dexeſe para los flematicos, para las mugeres frias en tiempo de inuierno. Pero guardenſe del los calientes de higado, y los colericos, en eſpecial en tiempo de

Auic. 2. can. 2. 510.

Raſis. 3. ſecũd.

© Biblioteca Nacional de España

de calor, porq̃ les mouera inflammacion y calentura. Y dixeron Galeno, y Aetio, que comiendoſe con pan ſe tiene por mãtenimiento (aunque ruyn.) Y Xenophon dixo. Que los Perſianos no comian otra coſa con pan ſino maſturço verde. Daſſe a los niños para echar las lombrizes.

El perexil tiene la miſma propriedad que el apio, porq̃ es vna de ſus eſpecies, y por eſſo no ay que dezir del, ſino que como dize Auicena en el ſegundo canon e Iſac en ſus particulares. Es caliente y ſeco en fin del tercero grado, y porende es diuretico pronoca orina y ſudores, incita la ſangre menſtrual detenida, reſuelue ventoſidades, mundifica el higado y madre, abre ſus opilaciones y cura ſus apoſtemas. Empero no ſe deue comer por via de mãjar, porque es difficil de digeſtiõ, y de mal xugo, ſuele ſe hazer del ſalſa con vinagre y miga de pan para mouer el appetito de los que no pueden comer las carnes gruеſſas, empero deue ſe echar en poca cantidad, por que no lleue los manjares indigeſtos por las venas, ſino ſolamente en cantidad que pueda mouer al guſto. Finalmente, como lo dize Paulo. El apio y ſus eſpecies: el maſtuer

Paul. lib. 1. c. de olerib.

© Biblioteca Nacional de España

ſtuerço, la aluahaca que el llama ocimo, la moſtaza, ſon calientes y ſecas y mordaces en eſpecial el maſtuerço, ſon difficiles de digeſtion y para el eſtomago deſconuenibles, y de mal xugo. La verdolaga, ſegun que dize Auerroes, es fria y humida en tercero grado, y humida en el ſegũdo, la qual aunque como lo dize Auicena, por via de nutrimento lo tiene poco y no loable. Empero por via de medicina reſiſte a la colera, conuiene a la inflamacion del eſtomago, y del higado, detiene el vomito de colera, deſminuye el apetito, y quita el deſſeo del coito. Finalmente lo dixo el Galeno. La verdolaga en quanto manjar es de poco alimento, y eſſe que tiene, es humido y viſcoſo y frio, ſana la dentera. Anſi que por razon de ſu intenſa frialdad, ſe deue mezclar con ortalizas calientes, como con çebollas, y puerros, no ſe deue comer ſola, los berros llamados, lauer, ſe comen crudos y cozidos con vinagre, azeyte, y ſal, ſon calientes en el grado del apio y tienẽ las miſmas propriedades: pero mas debilmente como lo dize Plinio, hazen ſalir las piedras de la vexiga para la qual ſon vtiles: naſcen dentro de las aguas, deuenſe

Aue. 5. col. Auic. 2. cã. cap. 538.

Galen. 2. de alimentis.

ſe comer con eſcarolas y lechugas ſin cebolla. La moſtaza como lo dize Auicena, Es caliente y ſeca haſta en quarto grado, y porẽde adelgaza la flema conuiene al dolor de las junturas, y a la ſciatica, alimpia las humedades de la cabeça, beuiendo ſe con agua miel quita la antigua aſpereza de la caña de los pulmones, deshaze el baço, mueue ſequia, irrita a luxuria. Eſpecial ſi ſe toma en ayunas con vino. Tãbiẽ haze muy buen eſtomago, y porẽde conuiene mas por via de remedio medicinal que no por mantenimiento. Empero ſuele ſe hazer con ella y miel y vinagre y miga de pã cierta ſalſa, que ſe dize moſtaza, para comer carnes grueſſas y difficiles de digeſtion como ſon las de vacas, porque adelgaza y corta ſu groſſura, y mueue el apetito, quita la malicia de la gordura de las carnes, y ſus aſcos: ayuda a la ſegunda digeſtion, haze yr los manjares al lugar de la digeſtion. Empero los que tuuieren la viſta de los ojos flaca o bota huyan de ella como del demonio, porque luego ſe ſube a lo alto de la cabeça a los ojos y narizes quita ſe ſu acrimonia poniendo la en moſto el octoño y haziendo de ella vnas boli

Auic. 2. can. cap. 678.

© Biblioteca Nacional de España
© Biblioteca Nacional de España

bolitas, y por esso la llaman mostaza el lugar adonde se fiebra nũca del todo se puede librar de ella que no nazca.

De las espinacas, armuelles, bledos, cardillos, hortigas, mercuriales.

CAP. XII.

LAS espinacas, segun que he leydo son templadas en calor y frialdad, aunque humidas en segundo grado. Assi lo dixeron Haliabbas, y Auicena, y Auerroes. Son buenas y templadas, valen mucho para pecho, estomago y higado, humedescẽ el vientre, tienen virtud de alimpiar y de lauar, y segun Rasis, son frias y humidas en primer grado: por lo qual ablandan el pecho y el vientre. Y segun Auicena son de mucha cantidad de humor, pero de poco nutrimento. Lo mismo se deue dezir de los armuelles, que se dizen atriplices. Y de los bledos, estas tres hortalizas se guisan de vna misma manera, aunque de las espinacas se hazen mas guisados o friendolas

Hali. 5. the.
Auic. 2. can cap. 159.
Auer. 5. col.
Hal. 22. cõt.
Aui. 4. par. cap. 1.

dolas con azeyte, y echando poco vinagre, y pimienta, y canela, otros las cuezen con mucho azeyte, y despues echan agraz o vinagre, o çumo de lima y sal.

Vsase tambien en Castilla comer cierto genero de yerua espinosa llamada communmente cardillos, come se en quaresma guisada con agua y azeyte y poco vinagre y sal y especias y luego como entra el carnal cozida con carnes. Esta yerba se piensa ser el cardo que Dioscorides llama sylibo y lata espina, es semejante al cãmeleon blanco, porque no solo en las hojas, empero y en sus pẽcas y rayz, es mas blanco que otro ningun cardo porende la llaman cardo lechero: dizẽ la los arabes hacubal, caroege comese estando tierna, a la primauera crese alas orillas de las viñas y sembrados, de que esta crescida no se puede comer, y entonce la quentã por cardo asnino, y por que no se conozca la traẽ mondada de las hojas. Finalmente estos cardillos son gratos al estomago, y cozidos cõ carnero y tozino y carnes gruessas son de muy buen nutrimẽto, y son tambuenos que dize Campegio, la naturaleza a verlos dotado de espinas, porque fuessen guar-

© Biblioteca Nacional de España
© Biblioteca Nacional de España

guardados para el gusto y mantenimiẽto del hombre, como todas las de mas yeruas espinosas, excepta la alcarchofa, que es demal nutrimento, los cardillos son frios en primero grado y templados en sequedad y humedad, abren la gana del comer y porque son vn poco estreñidos conuiene su çumo beuido contra todo fluxo de sangre, como el de la alba espina, y son semejantes a ella en sus operaciones, y por ende tienen virtud de abrir. Suelen echar leche en el caldo adonde se cuezen y son assi muy gustosos y gratos al estomago, pero malos para los riñones, porque quajan la leche, y la lleuan a los riñones, adonde se causa piedra. Tambien en muchas partes comen hortigas cozidas, y esparragadas con azeyte y vinagre, y azucar: y tãbien cozidas con carnero y tozino, porq̃ ablandan el vientre, y mueuen camara. Especialmente tienen esta virtud si se cuezẽ con caracoles. Y dize Paulo, que se cuentan entre las yeruas que mantienen. Los mercuriales tienen la misma propriedad si se cuezen, assi por si, como con carnes aora sean los mercuriales hembras, aora sean machos. Empero son mas prouocatiuos

uos de camara que no las ortigas. Y segun Hipocrates, tiene gran prerogatiua contra el mal de madre, de qualquiera causa que se leuante, comiendose cozidos con agua y azeyte en mucha cantidad. *Lib. de morbis mulieb.*

De los esparragos, y lupulos.

CAP. XIII.

Os esparragos como lodixeron Galeno, y Auerroes, y Paulo y Aestio. Son templados, aunque declinan vn poco a calor. *Auer. y col. Gal. 6. sim.* Lo qual se paresce por vn poco de amargor que tienen. Pero quitase el amargor con el cozimiento. Tienen virtud especialmente su simiente y rayz de quitar opilaciones de riñones, y si fueren soteños son mas tẽplados que los silueſtres, que llaman hormigueros, y porende engendrã esperma: son conuenibles para el estomago, prouocan orina. Pero el silueſtre, es mas caliente y seco, y cuela mas presto. Finalmente, como lo dize el Galeno. Aprouamos los esparra- *Galen. 2. de Aliment.*

© Biblioteca Nacional de España
© Biblioteca Nacional de España

parragos por via de remedio medicinal, pero no por via de mantenimiento, porque si alguno tienen es poco y no de buen xugo, empero cozidos y preparados con vinagre, azeyte, y sal, son muy buenos para el estomago, y deleytoso al gusto. Los lupios, o lupolos se aparejan de la misma manera. Manardo tiene contra quasi los mas medicos que son calientes: empero communmente son tenidos por templados, y que declinan a frios, hazesse en Alemania y Flandes dellos la cerueza.

De las rayzes de las yeruas, a donde se declaran sus facultades, y del ajo, y cebollas.

CAP. XIII.

EL Galeno en el segũdo lib. de alimentorũ facultatibus, reprehendio a Menesiteo, porque dixo, que todas las rayzes de las yeruas eran indigestibles y perturbatiuas, y llenas de humedades indigestas: porque como las hojas y ramas se sustenten de las humedades que estan en las rayzes, necessariamẽte ha de

de auer en ellas mucha copia de humedades indigestas y crudas. Y porende son por la mayor parte đ mal nutrimẽto. Por lo qual el Galeno no tuuo mucha razon de reprehender al Menesitheo. Y no basta dezir que la humedad que es atrayda alas Rayzes se va toda en nutrimẽto de las hojas y ramas, y que por esso las rayzes no seran malas por razon de las tales humedades, pues se consumen en las hojas, y ramas, como en los cieruos se van sus superfluydades en el nutrimento de los cuernos. Porque como siempre las hojas y ramas de las yeruas se sustenten del humor de las rayzes, necessariamente ha de auer humor superfluo e indigesto en ellas, por lo qual seran de mantenimiento vituperable por la mayor parte. Anssi se saca del mismo Galeno en el libro de attenuante victu, adonde dixo en vna palabra. Vniuersalmente las rayzes de las yeruas ser muy sospechosas por ser indigestibles, y que por esso no se deuen tomar por via de mantenimiento, sino pór via de remedio medicinal. Excepto sino fuessen las rayzes calientes, como ajos y cebollas, porque como sean tan calidas, no admiten las su-

Gale. lib. de attenu. uict.

© Biblioteca Nacional de España
© Biblioteca Nacional de España

perfluas humidades, tanto como las de mas rayzes. Y pues hezimos mencion de los ajos, dezimos con Auicena que son calientes y secos dende el tercero grado, hasta el quarto, y que por via de mantenimiento no conuienen, en especial a los calientes de complexion, porque dañan a la vista, defecando sus tunicas, dã dolor de cabeça, encienden la colera, turban la vista, dañan los oydos, y los pulmones, y las renes. Y si a caso ay alguna dolencia antigua en los miembros, resucitan la: empero clarifican lo boz aplacan la tosse antigua, valen contra ventosidad, contra el oluido, contra la asma, aprouechan al baço, y al dolor de los hijares quando viene de frio, alançan lombrizes, multiplicã la esperma, mueuen a luxuria pierden mucho de su fortaleza y malicia, si se assan o cuezen, y segun Plinio cozidos son mucho mejores, suelẽ assar las piernas del carnero cõ ellos, en la olla de carnes gruessas causan muy buen sabor y adelgazã las carnes y el caldo, y mucho corrigẽ la malicia de los pescados frescos si se cuezẽ cõ ellos y con sal, despiertan la gana del comer en poca quantidad, y segun Galeno no causan

Auic. 1. can. cap. 15.

Gal. 12. methe. cap. 8.

san sequia, como la cebolla, dañan a las almorranas, al tenasmon al fluxo de vientre a las secas, y lamparones, alos eticos, a las preñadas, a las que criã: Empero aprouechan mucho si se comen de parte de inuierno, porque calientan las frialdades, cortan los humores gruessos y viscosos. Lleuados por la mar son gran remedio cõtra los turbiones de las aguas, y porende los Athenienses lleuã por el mar gran copia dellos. Por el contrario son malos en tiempo de estio, porque hazen en las tripas vnos dolores mordaces. Esto dixo Rasis. Por authoridad de Hipocrates en el libro de ptisana, y por authoridad del Galeno, quitan la fuerça a la piedra iman si la juntan con ellos.

Rasi. lib. 21. cont. c. 180. Gal. 6. epid.

De las cebollas.

CAP. XIIII.

HE leydo que las cebollas ascalonias son las mejores de todas, empero porq̃ no vienen a nuestras partes, no ay para que tratar dellas, si no

© Biblioteca Nacional de España
© Biblioteca Nacional de España

de las que comunmente tenemos: entre las quales las que fueren coloradas y dulces son mejores para el estomago, pero las que requeman, digeren mejor la comida, y multiplican su mantenimiento, aunque no es bueno ni loable, especial si son crudas, y quando no se digeren, hinchan y hazen viento, y son pungitiuas, y porende mueuen a luxuria. Empero su mucho y frequente vso daña a los nieruos, por lo qual se deuen preparar, como lo dize el Galen. Desta manera, hazerlas cozer dos vezes, y deuense comer con vinagre, azeyte, y sal, y ansi se paran mas gustosas, y hinchan menos, mantienen mas, son mas faciles de digestion, multiplican esperma, yhazen prōptos a luxuria, y tambien mueuen apetito. Empero son dificiles de digestiō y de mal nutrimento, por esso dixo Gal. q̄ engēdrā humor grueso, viscoso, duro de digestiō. Porq̄ puesto caso que son calientes y secas en quarto grado, como lo dixo Haliab. Tienen empero vna humidad superflua, y ventosidad, con la qual irritan a luxuria. Empero Auicena dixo que eran calientes en tercero, con vna humedad superflua, y dixo mas que la cebolla mas lar-

Gal. 2. de ali

Gal. 6. de sump.

Haliab. 5. Theori.

Auic. 2. can. cap. 123.

© Biblioteca Nacional de España

ga, es mas acre, y la colorada mas que la blanca, y la seca mas que la verde, y la cruda mas que la assada. Es vna de las cosas que hazen soda, que es dolor de cabeça, y sueño profundo. Y empecen al entendimiento, porque con su calor leuantan los vapores y humores gruessos al celebro adonde hazen y causan subet, y segun claramente escriuio Rasis y porende son muy dañosas para los estudiantes y letrados engendran flema y humores gruessos, y quando se digeren, prouocan sueño e irritā a vrinar: y dize Rasis q̄ las cebollas sean de poca crimonia, y que primero se lauen con agua y sal, y despues con vinagre fuerte, y assi cessara su acrimonia. Despues de las auer comido, se deue comer de vn pepino o cohombro, porq̄ por ellos se prohibe y detiene que su vapor calido suba a la cabeça. Son saludables en los caldos que se hazen de legumbres cōuiene a saber de hauas, lentejas, aruejas, garuāços, ansi añejas como verdes, porque les quitan la vētosidad y adelgazan su gruesso xugo. Finalmente mueuen mucho el apetito del comer guisan se con ellas muchos manjares carnes, pescados hueuos: hazen de su

3. ad Almo.

Rasi. ad Almanso.

© Biblioteca Nacional de España

çumo y agua, y sal, salsa para comer perdizes y gallinas, y otras carnes. Las çebolletas llamadas Getiũ son mejores para ensaladas, y para comer pescados salados y vaca fiambre los hueuos fritos con ellas no son dañosos.

De los nabos, y çanahorias, y riponces.

CAP. XV.

Lmansor y Haliabas dixeron, q̃ los nabos eran caliẽtes y humidos, aunque causan hinchimiento de ventosidad, y groseza de humores, y por esso mãtienen mucho, acrescientan la esperma, prouocan vrina, ablanda el pecho y garganta aspera, calientan los riñones y vexiga por la virtud que tienen de penetrar, y adelgazar, tienen admirable propriedad de clarificar la vista, como lo dixo Auerroes

lib. 3. c. 17.

5. Collig.

Ay tres especies, vno es nabo redondo, y otro es nabo largo, empero ventrudo y gordo por arriba, Otro es nabo largo delgado y gualmente, y no ventrudo. A este llama

llama Theophrasto hembra, y Galeno, y y los demas medicos Griegos bunias, y napus, al nauo redondo, y al largo y ventrudo llaman rapum, y Theophrasto nauo macho. La tercera especie de nauo que es la hembra es mas suaue, y mas tierno nauo y mas oloroso, y ayuda mas al pecho que los de mas, porque los otros dos primeros nauos son de mas grueso xugo, y mas ventosos El redondo del todo mantiene mas, y es mas ventoso, y porende prouoca a luxuria, si se cueze dos vezes hazese mediano mantenimiento, pierde mucha parte de su ventosidad, hazese mas dixestible: empero si no se cueze mas que vna vez, causa muchas ventosidades y opilaciones, en las venas, causa regueldos, pues luego deuese cozer en dos aguas, en la segunda agua echen especias calientes y ansi se hara buen mantenimiento, en especial si se cueze con carnes gruessas, Como lo dixo Rasis, por authoridad del Galeno. Y como lo dixo Paulo en su primer libro. *Bunias quidem, aut rapa si bis coquantur nõ minus reliquis oleribus aunt.* Son mas agradables los nabos cogidos de muchos dias que no los recien sacados y verdes, puedẽ

Galen. 2. de Alimen.

Rasi. 22. cã. cap. 445.

© Biblioteca Nacional de España
© Biblioteca Nacional de España

conſeruar mucho tiempo debaxo de tierra, hazenſe grandes y crecidos cõ el yelo, y frio, eſpecialmente ſi ſe ſotierran en bodegas de vino, y con ſal, ſegun Plinio es la mejor coſecha que ay deſpues de pan y vino. Traenſe de las Indias vnos nabos, o rayzes largas y grueſſas a manera de nabos que llamã batatas, cuezen las con carnes como nabos, y ſon tiernas y guſtoſas. Tienẽ el ſabor de caſtañas cozidas, y aſſan ſe como caſtañas, y pueſtas en vino ſon de tan buen mantenimiẽto y guſtoſo, como las caſtañas aſſadas, y aun mas ſuaues, aun que por ſer rayzes no huyen el vicio de ſer ventoſas y mucho mas lo ſon comiendoſe crudas. Deuenſe comer en moderada cantidad, porque de otra manera ſe hazẽ indigeſtibles. Eſta es la rayz que comia Curio emperador Romano, es muy pectoral, ſi deſpues de cozida poluorean ſobre ella açucar.

De las çanaorias que en latin ſe dizen paſtinace, dezimos con Paulo, que mantienen menos que los nabos, y que ſon calientes y aromaticas, y que mueuen vrina. Empero vſando mal dellas, quiero dezir por via de alimento, ſon dificiles de digeſtiõ

geſtion. Cauſan humores viſcoſos ſegun la razon comũ de las de mas rayzes. Eſto dixo paulo. Pero Raſis, y Dioſc. dizẽ q̃ la cenahoria es calida, y humeda en ſegũdo grado, y q̃ tiene acrimonia: mueue la regla de las mugeres, prouoca a luxuria, y hincha, y haze viento. Pero la que es mas ſilueſtre y no de regadio no hincha, y tiene las de mas virtudes que la de regadio, y es de mejor nutrimento. Empero deue ſe lauar dos vezes, anſi la vna como la otra, ſon de mal nutrimento, de menor que el de los nabos, de difficil digeſtion. En conſerua de miel ſe haze mas calida y menos ventoſa y de poca humidad: tiene mayor virtud de engendrar eſperma, e irritar a luxuria, como lo dixeron Haliabas, y Iſac en ſus particulares. Y aunque ay tres eſpecies de ellas blancas, coloradas, negras, todas tienen las miſmas propriedades aũ que mas intenſamente las negras por ſer mas ſylueſtres, comen ſe de muchas maneras cozidas y fritas, y deſpues echan vna ſobrehuſa de agua y vinagre y miel y eſpecias. Ay vna rayz chica a manera de nabo, que ſe dize riponce: el qual ſe come cozido en enſalada por la primauera, es apeti

Hal. 5. The.

© Biblioteca Nacional de España
© Biblioteca Nacional de España

toso y no tan ventoso como el nabo y por su poco estriñimiento conforta.

De los Rauanos, y puerros, y chirimias.

CAP. XVI.

EL Rauano segun que escriuio Galeno a Paterniano, si se come en ayunas por via de preseruacion, o antidoto, es gran socorro para conseruacio de la sanidad y para defensa del cuerpo empero hincha y causa regueldos hidiondos y porende no se deue tomar sino por via de remedio medicinal en poca cantidad. Empero no por via de mantenimiento, porque, de esta manera engendra en las tripas torsiones, ventosidades. Es vitupe rable para el estomago, lo qual se paresce por el regueldo fetido que engendra. Lo qual es muy feo e incomportable en Fran cia, aunque sea entre gente muy rustica, en España no se tiene el regoldar por cosa torpe en combites, quita se el regueldo co miendo con el azeytunas partidas. Dixe ron algunas que el Rauano ayuda a la digestio

gestion. Pero como el no se digera, mal ha ra digerir los otros manjares, aunque si esta cozido es de mas nutrimento q̃ quan do esta crudo. Su mantenimiento es poco y flematico, es facil de se corromper, mul tiplica piojos, daña a la cabeça, y a los dien tes, y paladar, y a los ojos, aũque si su agua se destila sobre ellos, los alimpia. El raua no q̃ fuere delgado y se trasluze es el me jor para comer, y porque no cause aque llos regueldos fetidos coma se despues, oregano o tomillo salsero, o hysopillo, o caldo de azeytunas adobado cõ estas yer uas, y las azeytunas. Comido antes de los manjares los haze nadar, porque los al ça en el estomago, y los detiene que no des cienda al lugar de la digestion, y poren de es causa de vomito, en especial si ay en el estomago ventosidad. Empero comido despues de los manjares, no haze tanta vẽ tosidad, desciende abaxo por su grauedad, haze yr los manjares al hondon del estomago, que es el lugar de la digestion, y digere se deuidamente, y porende con forta la segunda digestion. Por lo qual los que quisieren vomitar deuen le tomar pri mero que ningũ manjar. Y los que quier

con

© Biblioteca Nacional de España
© Biblioteca Nacional de España

confortar la segunda y tercera digestion deuen se comer despues de los manjares. Porque allende que con su grueso xugo, haze yr el manjar abaxo con su calor, ayuda y conforta la digestion. Aunque segũ el Galeno se deue comer antes de los manjares, en lo qual cõtradize a la experiẽcia y a la vniuersidad de los medicos. Empero en otra parte se declaro como veremos. Segun Auerroes, y Haliabas. Es caliente en tercero grado y seco en segundo agraua la cabeça, empero clarifica la boz, como lo dizo Auerroes, prouoca vrina, y despues de los manjares, ablanda el vientre. Pues luego deuen se comer por via de nutrimento, despues de los manjares, como lo dixo Galeno, por via de medicina antes de los manjares. Esto affirmaron Rasis, e Isac, Haliabbas, y Auicena. Crece tanto con el frio que se haze tamaño como vn niño. Ay tres generos de rauano vno de hojas cresp as, y otro de hojas lisas, y otro silueſtre que se dize Armoracia y es mas calido. El puerro segun Auicena es caliente en tercero grado y seco en segundo, aunque el que no es de regadio, Es, mas caliente y seco y por ende es

Auer.5.col. Hal.5.Thē.

Gal.li.2.de atenui.uict. Rasis.3.ad. Al.c.18. Auic.2.can. c.576.

© Biblioteca Nacional de España

es peor que el de los huertos, tiene virtud de matar las lombrizes, alançar las pero da dolor de cabeça, haze imaginar y ver sueños malos, corrompe las enzias, y los dientes, daña a la vista. Es malo para el estomago, es ventoso. Empero cozido en dos aguas, pierde todos estos daños, y no es vẽtoso, quita los regueldos azedos o las azedias, del estomago. Finalmẽte prouoca vrina, y la sangre mẽstrual detenida. Aprouecha para las almorranas comiendole cozido, o puniẽdole majado encima de ellas por via de emplastro. Irrita a luxuria. Tiene cierto estrimento por el qual detiene el flnxo de sangre de las narizes. Y finalmente, quãdo se toma por via de manjar es inutil, Daña al estomago, y a los nieruos por su requemazon. Tambien engendra vna fumosidad negra a manera de melancholia, e porende haze yengendra sueños muy espantosos, daña a los maniacos: e por esso se deuẽ comer luego tras el vnas verdolagas o lechugas o achicorias, porque se tiemple su color, e acrimonia. Empero comiendose crudo alimpia las artrias de gruesos humores, Abre las opilaciones del higado. Su çumo mezclado

Auer.2.cã. c.544.

© Biblioteca Nacional de España

clado con azeyte rosado, y encieso, detiene la sangre de narizes. Mojado crudo puesto sobre mordedura de Biuora ò de serpiente, aprouecha mucho, Empero cozido y mezclado con azeyte de alegria y de almendras, incita a luxuria, humedesce el vientre, vale contra la passion colica, de gruessos humores. Finalmente cozido con miel alimpia los pulmones y su caña empece a la vexiga vlcerada, Vsando del mucho, se escuresce la vista, y se daña el estomago. Esto dixo Rasis e Isac en sus particulares. Comen se tambien en mesas esplendidas vnas rayzitas llamadas chiriuias y en latin siser, nascen en lugares frios, segun Dioscorides, y Plinio. Son gratas al estomago, y paladar: no ay rayz mas gustosa que ella, affamola Tiberio Cesar, comiendola siempre y mandandola traer de Alemania, calienta yes vn poco amarga y algo estreñida. Aunque dize Campegio, no tener estreñimiento: mueue gana de comer, y quita el hastio, es aromatica y mueue orina. Los mas eruditos dizen que por esso son gratas al estomago, porq̃ nadie acostumbro a comer tres chiriuias juntas.

Raf. 3. ad Almanso. c. 12. & 20. cõti. c. 684.

Del

© Biblioteca Nacional de España

Del cardo de comer, y de la alcarchofa.

CAP. XVII.

ALgunos ha auido que confunden el cardo comũ que comemos, con el cardo que lleua las arcachofas, empero muy a la clara se engañan porque el cardo comun que comemos, es aquel al qual assi Griegos como Latinos llaman Scolimos, y al cardo de las alcarchofas llaman en el vno idioma, y enel otro cinara, por el calor de ceniza que tiene, parecese claramente ser nuestro comũ cardo, el scolimos, y no el llamado cinara, porque Paulo Agineta, hablando del dixo, que el cardo scolimos y otras yeruas espinosas aprouechan al estomago, excepta la cinara. Lo mismo dixo Aetio hablãdo del scolimo, y dela cinera. Finalmente conuinieron en esto, que el cardo llamado scholimo, era conuenible y grato al estomago, y que la cinera le ofendia, y el mismo Paulo dixo, que el cardo llamado scolimos, era caliente y seco, en segundo do grado, y que cozido en vino mouia libe

lib. 1.

lib. 7.

© Biblioteca Nacional de España

beralmente las vrinas hidiondas, y que emendaua el mal olor de los ſobacos, y de todo el cuerpo, y en el otro lugar, que la cinara era dura de digeſtion, y de malino xugo. Por lo qual como nueſtro cardo de comer ſea grato al guſto, conuenible al eſtomago, y al higado, y riñones, facil de digeſtion, y incite el apetito, y ſea de loable mantenimiento, y abra toda ſuerte de opilacion y prouoque a vrina, hallamos ſer el cardo llamado ſcolimos. Y como por el contrario veamos, q̃ la alcarchofa engendra mal humor, y altera el higado, y cauſa eſcoriacion de riñones, aprieta el paladar, y la lengua, y es contraria a los pulmones y garganta (aunque quaja la leche, como la flor de los de mas cardos) hallamos que es la cinara, la qual es caliente y ſeca en tercero grado. Finalmẽte el cardo de comer prouoca vrina, y porque es vn poco ventoſo, juntamente con ſer caliente, irrita a luxuria, tiene ſubſtancia terreſtre, y por eſſo tiene ſabor eſtiptico, haze la lengua aſpera, y daña a los pulmones, y pecho. Eſpecialmente ſu cima, que es mas aſpera y dura de digeſtion y mas ventoſa. Empero todos eſtos vicios ſe quitã a los cardos

lib. 1.

coziẽ-

© Biblioteca Nacional de España

coziendo los, y hazen ſe mas loable mantenimiento. Empero comiendo ſe ſobre los otros manjares los hazẽ deſcendir preſto al lugar de la digeſtion, y los ayudan a digerir, lo vno por ſu xugo acerbo, y eſtiptico y grueſſo, y lo otro por ſu calor y ſequedad. Paran ſe muy tiernos y blancos, ſoterrandolos por el octoño que llaman aporcados. Ay dos maneras de ellos vnos ſon blancos, y otros ſon colorados, y eſtos ſon mas guſtoſos y mas tiernos q̃ los blancos, y los blancos muy eſpinoſos ſon amargos y mas calidos, no ſe pueden comer.

De las ſemillas y legumbres que ſon para comer.

CAP. XVIII.

AS Legumbres, o ſemillas que ſon para comer, no deuen ſer muy nueuas ni muy viejas, ſino que ſean algo viejas. Porq̃ las legũbres nueuas, quiero dezir, de ſeys meſes atras, ſon grueſſas y viſcoſas, duras de digeſtion, empero ſi vna vez

Ee ſe

© Biblioteca Nacional de España

se digeren dan mucho nutrimento, y no se disuelue ni desmuele facilmente de los miembros. Ni tan poco deuen ser muy viejas, quiero dezir de vn año o mas, porque entonces se ha consumido su humidad. Lo qual claramente se paresce quando echadas en la agua, no se reblandescen y hinchan sino que aunque mucho se detengan en ella, se estan duras como de antes. Y aunque las tales legumbres sean nueuas, si tampoco se reblandescen en la agua, sino que se estan de la misma manera duras es señal que son malas, porque se da a entender, que tienen vn humor gruesso y terrenaz, al qual no pudo su virtud domar ni digerir. Lo qual pocas vezes acaescio en las legumbres nueuas sino en las reuegidas, porque les falto su humidad natural. Pero en las legumbres medias entre las nueuas y las viejas, que hã passado de seys o siete meses, es otra cosa: porque tales legumbres son de mejor nutrimento, que otras algunas, y son mas faciles de digestion, y no son rebeldes para se desmoler y disoluer de los miembros, son mas idoneas para la conseruacion de la sanidad, que no para confortar los miembros. Y

echa

echadas a remojar en agua se hinchan y relentescen, porque esta es vna prueua cierta vniuersal en todas las semillas y legumbres. Ansi dixo Galeno. Que todos los frutos o legumbres, o semillas secas, que se comen, si echadas en agua por espacio de tiempo no se hinchan, y no se paran blãdas, sino que se tienen su primera dureza, son las peores de todas ansi en indicio, como en digestion. Empero las que se hã al cõtrario son las mejores. Pues luego aquellas semillas o legumbres que echadas en agua o cozidas, facilmente se relentescen, y no son de mal sabor, ni de mal olor, son las mejores, las que faltã en alguna destas condiciones son las peores. Empero echãdo en la olla a donde se cuezen vn poco de mostaza luego se reblandecen y abren, aunque seã añejas. Suele se preguntar que es la causa, porque los que pretãden guardar castidad huyen de comer legumbres, como garuanços, hauas, lentejas, y sus semejantes. Algunos dizen que porque Pythagoras huye de las hauas por tener alguna semejança con el miembro humano, y que huye del garuanço, porque en Griego le llamã Erebynto y lathiro nombres

Gal. libr. de bono et malo succo.

© Biblioteca Nacional de España
© Biblioteca Nacional de España

deduzidos de lethe, y erebo, que significan muerte e infierno. Empero como por su mucha ventosidad prouoque aluxuria porende huyen de ella los castos.

De la naturaleza de los garuanços en quanto toca a mantenimiento:

CAP. XIX.

LOS garuanços segun Auicena y Theophrasto, tienen dos substancias, las quales se differenciã y apartan, quando se cuezen, la vna es nitrosa o salada, con la qual ablandan, y mueuẽ a camara, la otra es dulce con la qual incitan a vrina, y porende ay entre los phisicos contiẽda sobre sus calidades, porque Auerroes dixo, que eran templadamente calientes y humedos, y Rasis en el continẽte, por authoridad del hijo de Mesue dixo, eran calientes en segundo grado y humedos en la mitad del primero. Empero Auicena dixo. Que el garuanço era caliẽte y seco, y que el negro era de mas fortaleça, y tambien Haliabbas dixo. Que el garuã

Aue. 5. col. Rasi. lib. 12. contin.

Auic. 2: can. 132 Hali. 5. tho rica c. p. 15.

garuanço era caliente y seco. Empero que tenia cierta humedad y ventosidad, por la qual cria esperma, incita a luxuria, y haze leche: para concordancia destos auctores se deue dezir, Que como el garuanço tenga dos substãcias, segun que hemos dicho por la substancia de sal que tiene, es caliente y seco: empero por la substancia aerea y dulce que tiene es caliente y humido, y ansi se deue de dezir y declarar,. Y por esso dixo Haliabbas, que era caliente y seco. Empero que alcançaua vna humedad superflua y accidental, su caldo mandan comer los medicos, empero no el garuanço. Suelen le cozer con agua y sal, y mucho azeyte, y poquito vinagre, pero ha d̃ estar primero en remojo vna noche y mas. Finalmente el garuanço, para ser bueno, no ha de ser reziente, porque engendra mucha superfluydad, sino como de seys meses poco mas, tiene mucho nutrimẽto, y mas que las hauas, es duro de digestion si primero no esta infundido en agua. Es ventoso, haze buen color en el cuero. Y esto porque aguza el calor natural, y porende haze vn espiritu ventoso, que causa luzio eterso el cuero, y mueue a luxuria, y haze

© Biblioteca Nacional de España
© Biblioteca Nacional de España

enel cuerpo dela manera q̃ la leuadura en la masa. Porq̃ anſi como la leuaduradilata y haze crecer la maſſa, anſi el garuãço comido dilata y hincha à la carne, y la carne anſi hinchada, hinche y enllena mas el cuero, por donde ſe haze mas hermoſo el roſtro. Es vn mantenimiento bueno para reparar y reſtaurar los pulmones, mueue camara, y vrina, y alimpia el cuerpo. Su cozimiento quiebra la piedra en los riñones. Porque el garuanço es abridor, y deſopila mucho, irrita a luxuria, por tres cauſas, conuiene a ſaber, por ſu calor y humedad, item por ſu ventoſidad, item por ſu mucho nutrimento. Todas eſtas coſas obra cõ mayor efficacia el garuanço prieto. Empero aunque ſea de mucho nutrimento no es loable. Anſi lo dixeron Galeno, Raſis y Auicena y Auerroes en los lugares acotados. Empero deuẽ ſe huyr los verdes como coſa muy perjudicial porq̃e ſon indigeſtibles, fritos con azeyte ſon menos ventoſos que cozidos y de alimẽto menos grueſſo ſi ſe guiſan con rayzes de perexil deshazen marauilloſamẽte las piedras de los riñones.

De las

De las hauas y ſus propriedades y nutrimento.

CAP. XX.

Egun que dize el Galeno. Las hauas no ſerian de mal nutrimento ſino fueſſen ventoſas, porque es tanta ſu ventoſidad que por ningun correctiuo ſe puede quitar del todo. Y anſi dixo el miſmo. Que aunque ſe cuezan las hauas tres dias no perderan ſu ventoſidad. Por lo qual ſe pareſce ſer de ſu natural complexion y porende dixo Auenzoar. Que aunque en todas las de mas ſemillas ſe quite la ventoſidad por cozimiento. En ſolas las hauas no ha lugar. Porque aũque mas ſe cuezan no la perderan. Empero ya que del todo no la pierdan, pueden perder buena parte de ella. Eſpecialmente ſi ſe caezen con pimienta, ſal, oregano, tomillo, ſalſero, o ſi ſe frien, o ſi ſe cuezen muchas vezes y ſin corteza. Porque en la corteza ay gran parte de ventoſidad. Son ventoſas como digo, engendra grueſſos humores,

Gal. libr. de attenu.

lib. de regimine uictus.

Auen. The.

© Biblioteca Nacional de España
© Biblioteca Nacional de España

y melancholicos, hazen daño al celebro, porque causan sueños horribles, y temerosos, son como leuadura de las comidas que estan en el estomago, porque las fermenta y haze crecer son templadas en calor y frialdad. Empero las que no son verdes enxugan y desecan declinan vn poco a calor segun Auerroes. Pero segun Auicena. Declinan a frialdad. Empero tienen vna humedad no poca superflua, especialmente las verdes, porq̃ estas son frias y humedas, ansi lo dixo Galeno, engendran flema gruessa acrescientan dolor de cabeça, e imaginaciones a los que tienen la imaginatiua estragada. Empero las verdes son mas ventosas, engendran humores crudos, augmentan flema en las tripas y estomago y mucha ventosidad. Empero las secas, tienẽ menos ventosidad, y segũ los mas phisicos, tiran a frias. Empero segun Paulo, parece que quiere sean calientes pues dixo. *Fabæ lenes sunt inflant, & abstergunt, atque egyptia faba calidior est nostra & superfluitates relinquit multas.* Dize que las hauas son blandas y hinchã y alimpian, y que la haua Egypcia, es mas calida que la nuestra, y que engendra muchas superfluydades

Auer. 5. col. Auic. 2. ca. cap. 245.

Gal. libr. de alime. uictu.

Paul. lib. 1. cap. 29.

dades. Finalmẽte son malas para los que son tentados de colica ventosa, o para los que padescen ruptura, son de difficil digestion y tardas de descendir, cozidas y majadas puestas por emplastro, maduran apostemas y si se cuezen con sus caxcaras en vinagre, son buenas para camaras de sangre, y vomito. Y dize se, q̃ si las gallinas se apascientan dellas se les quiebran los hueuos. Las mejores son las mas luẽgas y no redõdas y las q̃ no estã horadadas, y las q̃ son secas y no verdes, como lo dixo Aui. Empero en estos tiempos no se comẽ sino las hauas verdes: tienense por mantenimiento muy gustoso ala entrada del estio. Friendolas con azeyte y adereçandolas hazense duras de cozer si las dexã al frio de noche, porque con el frio se espessan y hazen duras. Engendrã carne esponiosa y rara, porque ellas son de rara y liuiana substancia entorpecen el ingenio, y por esso las vedaua Pytagoras, y Varro escriue. Que los sacerdotes huyã de las hauas, porque dizien que en su flor se hallan ciertas letras de tristeza y lloro. Bueluense de blancas coloradas, y negras al guisado de ellos llamauan antiguamente, conchis.

© Biblioteca Nacional de España
© Biblioteca Nacional de España

AVISO DE

De las lentejas, y sus daños, en uia de manjar.

CAP. XX.

OBRE la complexion de la lenteja he visto varias y diuersas opiniones, porque Hipocrates en el sexto de sus epidemias, la colloco entre los mantenimientos mas frios que ay. Diziendo. *Frigidissimus cibus, lens, milium, cucurbita.* Y Haliabas dixo. La lenteja, es fria en segundo grado, y seca en el tercero. Galeno empero sobre Hipocrates en el texto acotado, dixo, que la lenteja era de diuersas substancias, conuiene a saber, de substancia de tierra, e porende enfria e dese ca y por esta qualidad, aprieta, y consstipa. Es tambien de substancia que ablanda y relaxa el vientre, que es contraria a la primera, lo qual haze por la substancia de fuego q̃ tiene. Prueualo porque puesta por via de emplastro en alguna apostema, tiene virtud de repeller o repercutir, lo qual haze con frialdad, tiene virtud de madurar lo qual no podria hazer sino con calor.

Hip. 6. epi. 5. theo. ori.

Gal. ibidem com. 5.

© Biblioteca Nacional de España

lor. Porende concluye, que ni se puede dezir absolutamente fria, ni absolutamente caliente, y dixo que aquel texto no era de Hipocrates sino de otro. A esta opinion paresscio allegar se Auicena, y truxo la opinion del Galeno. Tambien paresce que se allego a esta Auerroes. Pues dixo, que las lentejas eran templadas en calor y secas. Y tambien Isac en las particulares pues dixo, que bien mirada la naturaleza de la lenteja era compuesta, de dos contrarias qualidades. La vna estaua en la corteza, y la otra dentro en el meollo. Y que segun la corteza tiene agudez y era calida, y por esto relaxaua el vientre. Y que segun el meollo de dentro era adstrigente confortatiua de estomago y tripas, y que porende vale a las camaras diarreas y de colera. Finalmente como lo dize Paulo es de mal mantenimiento, causa melancholia, aprieta el vientre. Especial si se cueze dos vezes. Empero que su cozimiento cõ azeyte y vinagre y sal (que se dize Garo o oxigaro apar de los latinos y Griegos) relaxa el vientre, mitiga la inflamacion de la sangre. Empero de tal manera la espesa que la haze que no corra por las venas, cau-

Auic. cã. 2. cap. 449.

Aue. 5. col.

Paulus lib. 8. cap. 79.

© Biblioteca Nacional de España

causa sueños malos, engendra mania, que es locura vehemente, causada de colera aduſta, causa cancer, lepra, elefantiasi, haze daño a la vista, escureciendo la, y a los nieruos, por su demasiada exiccaciõ, causa opilaciones en higado y baço y venas, aprieta el vientre, hinche de ventosidades, es mala para el estomago, difficil de digestion, y mucho peor si se come con su corteza, como lo dixo Hippocrates. *Lens adstringit & turbationem inducit si cum cortice, sumãtur.* Quiere dezir, que si la lenteja se come con su corteza haze turbaciõ en el sentido, y aprieta porque hinche el celebro de vn humo grueſſo, y melancholico. Es mas dañosa que ninguna semilla, detiene el ordinario de las mugeres, engrosando su sangre, y apretando las venas detiene la vrina, priua del apetito de coito. Esto dixeron Auerroes, Auicena, y Rasis. Empero la que se vuiere de comer en defecto de manjares, o en enfermedades de sangre (pues dizen algunos phisicos que en ellas conuiene) se deue escoger la que fuere biẽ madura blanca ancha, la qual si cayere en agua no la tiña, deuen se echar a vna medida de lantejas nueue de agua, y cozer se mu-

Hip. libr. de uictu acuto.

ibidem.

Ra. 22. cont. ca. 509.

mucho, como lo quiso Auicena. Y deuẽse cozer quitada la corteza, y deuen gastar dos aguas, de suerte que primero cueza vna agua, y verter aquella, y echar otra de nueuo, y ansi se ponen mejores, y mas faciles de digestion. En especial si se guisan con vinagre, oregano, pimiẽta, yerua buena, cominos, azeyte de almendras, o de alegria, como lo quiso el author de la corona florida. Empero algunos phisicos dizen que pierden su malicia si se cuezen cõ buenas carnes, y no saladas conuienẽ mas a los que son de complexion humida, y a los que tienen muchos humores: empero son muy malas para los secos y caluroſos, y ala vista de sus ojos.

De la ceuada, y ordiate, y como se deua hazer y preparar.

CAP. XXI.

A ceuada, segun Auicena es fria y seca en primer grado, lo mismo dixo Isac en sus particulares, aũque Haliabas dixo, que era fria en primer grado, e seca en segũ do,

© Biblioteca Nacional de España
© Biblioteca Nacional de España

do, Pero cierto es que no viene en tanta se quedad, Paulo Agineta en su primer libro dixo, que tenia virtud de refrescar, e mũdificar, y que hecha ptisana (que quiere dezir ordiate) humedesce, empero tostada y hecha harina deseca, es mũdificatiua, y cuela ligeramente, y su nutrimẽto es menor que el del trigo, Su agua es fria e humedesce, y porende conuiene en febres, o calenturas, nudre e mantiene mas naturalmente, que no las hauas, ni el arroz, aũ que accidentalmente mas mantienen las hauas, y el arroz, como lo quiso Ruffo, La razõ es, porque como la ceuada tẽga mas de meollo, y de sustancia natural y no superflua ni ventosa, mas manterna que el arroz, y que las hauas, en quanto es de si, pero porque se digere presto, y facilmente, y se disuelue presto de los miembros, y ligeramẽte cuela, por esso es de menor nutrimento que las hauas, y arroz, Porque estas legumbres se detienen mas en el estomago y cuelan tarde y difficultosamente se desmuelen de los miembros, y por esta razon se dizen que accidantalmente mantienen mas. Es la ceuada vn poco ventosa, y porende dixo Resis y Almansor. Que offen-

Paul. lib. 1. cap. 78.

cap. 2.

offendia a los que suelen padescer vento sidades, o enfermedades frias, y colica passion. Y que conuenia a los que padescian por calor, a los que querian desminuir sus carnes por ser gordos, haze se de ella aql excelente cibo medicinal que Hyppocrates llama, pty sana, y nosotros ordiate, tã celebrado del Hyppocrates en el libro q intitulo de vitu acuctorum, y de Galeno en sus libros, adonde ensalçaron sobre todas las semillas el ordiate para enfermedades agudas. Dela qual dixeron, que para ser perfecta auia de ser viscosa, lisa, apiñada, o junta, y gual, y molle, o blanda, de leznable, de vna humedad, templada. En comun anssi para sanos como para enfermos se deue preparar de esta manera. Deue se la ceuada de remojar muy bien, y despues refregar se, hasta que se quite la corteza, y luego a vna parte d ceuada se echẽ diez de agua y cueza todo hasta q se quede en vna parte de diez, y despues cuelese y de se a beuer. Vale esta beuida mucho para conseruar la sanidad, y para refrescar y humedescer el cuerpo. Y si quisieremos refrescar mas añadamos vn poco de vinagre. Y si el que lo vuiere de tomar fue re

Hip. lib. de uictu acuto. Gal. libr. de cuchi, & de simp.

re de complexion muy caliente añada vn poco de simiente de adormideras blancas. Este ordiate es muy sano para el celebro, clarifica la vista, engendra muy perfecta sangre, y mantiene tanto como qualquier pan. Suelese cozer tambien con rayzes de hinojo, y apio, y otras rayzes diureticas, para los que tienen opilaciones. Y si quisieremos juntamente refrescar y relaxar el vientre, echese con el vn poco de manna, o de xaraue de nueue infusiones, o d̄ violetas q̄ es mas d̄licado. Segū Paulo, a vna parte d̄ ceuada añadē quinze de agua y vn poco de azeyte despues de heruir vn poco de vinagre. Empero despues de perfectamente cozido y colado echa vn poco de sal muy molida. Y Galeno añade puerro, y eneldo. Empero la primera es mas vsual, segun la communidad de los phisicos. Empero porque entre los medicos muy eruditos ay differencias sobre si el ordiate tan celebrado de los antiguos es de la ceuada que aora vsamos o no por esso no es el ordiate en nuestros tiempos tan celebrado, y por esso en su lugar vsamos de otros alimentos semejantes su bō dad porque se ponen muchos generos de ceua

© Biblioteca Nacional de España

ceuada, porque ay ceuada de que en su espiga tiene muchas carreras llamada de Columella hexasticon, otro de quatro carreras, y otro de dos carreras que llama Columel. districho, y como sea ansi no sabemos de qual genero de estas ceuadas se hazia aquella tan celebrada phthisana. Cresce el grano dela ceuada en el alholi si se cogę con sazon como lo dize Columella,

De las aruejas en quanto al mantenimiento.

CAP. XXII

LAS Aruejas, que en latin se dizen Pisa, segun el Galeno, tienen alguna semejança con las hauas empero no son tan ventosas, ni tienen virtud de mundificar como ellas, y porende son mas tardas de digerir que las hauas. Los aruejones, que se dizen Robeliæ, y Cicerculæ y Vicia en latin. Sō menores que las aruejas, y no differen en otra cosa, porque ansi la vna semilla como la otra, son frias y secas, y engendran mala

Ff san-

© Biblioteca Nacional de España

sangre y dañan a los nieruos, y son ventosas, como lo dixo Rasis. Empero cozidas pierden la ventosidad y parte de su malicia. Especialmente si se mondan de su corteza, porque entonces engendran loable mantenimiento, conuienen en estio, y en lugares calientes. Su cozimiento assi como el de la haua, vale para la tosse y romadizo, y dolor de pecho. Y si fueren cozidas con ceuada, o con bledos, valen contra calenturas de colera y sangre, especial si añaden verdolagas, y çumo de granadas agradulces. De estas semillas ay muchas especies, mayormẽte de las arueias, pissas, porque vnas son blancas otras son coloradas otras roxas. De las blancas vnas son muy redondas otras no tan redondas sino algo anchas como apiñadas, cozidas con el lardo del tozino que no sea rançio son muy suaues y para mesas de principes. Empero para que mantengan no se deuẽ cozer del todo, y ay aguas en las quales no se puedẽ cozer. Muchos las guisan jũ juntamente con sus vayuillas otros sin ellas: son mejores verdes, como se comen aora y no duras crian mucho gorgojo, y porende pierden de su bondad.

3. ad Almã.

Del

Del arroz, en quanto cibo.

CAP. XXIII.

EL Arroz, al qual los Barbaros llamã Risum, y los Latinos Oriza. Segun Auerroes, es templado en calor y frio, lo mismo quiso Rasis. Empero dixeron, que era seco, y Auicena dixo, el Arroz es caliente y seco, y su sequedad es mas manifiesta que su calor. Y por esso dixo Isac en sus particulares dietas, que era caliente en primer grado y seco en segundo, segun Paulo Es difficil de digestion, mantiene poco y aprieta el vientre, Empero segun Auicena es de mucho mantenimiento, y si se cueze con leche, e azeyte de almẽdras da mayor nutrimento y mejor, y quitasele su sequedad, y astriciõ, En especial si la noche passada ha estado en remojo d agua de saluados, Acrecienta la esperma, con la agua de su cozimiẽto se quita la sarna, y cozimezon, y se alimpia el cuero, vale contra los que tienen enel estomago y tripas vascas, y torsiones. Cozido entero sin partir,

5. Colligi Rasis. 3. ad Alm. ca. 2. Auic. 2. cã. cap. 569. Paulo. lib. 1 cap. 78. Auic. ibidẽ.

Ff 2 vale

© Biblioteca Nacional de España
© Biblioteca Nacional de España

vale para las camaras llamadas diarrhæas y colericas, es dañoso para los que son tentados de colica, y no desciende del estomago facilmente, sino es que se aya cozido con alguna cosa vntuosa, como con leche comun, o de almẽdras en especial, si despues se echa açucar, enciende a los que son de complexion colericos, y calientes, y porende se deue mas seguramente dar a los que son frios. Esto dixeron Auicena, y Rasis y Isac, y Auerroes, y Galeno, Empero para que mãtenga, deue primero lauarse y estar en remojo, y despues cozerse cõ leche, Ansi lo quisieron todos los Sabios phisicos, ponen algunos dos generos de arroz vno algo roxo, y otro blanco, al qual en algunas partes llaman ceuada de Galacia. Este es el que tenemos y vsamos del qual vsan todos: especialmente en cõbites. Ponese a cozer con carnes gruessas, y con gallinas, y llaman le arroz con grassa, y echando vn poco de azafran lo ponẽ al principio del comer, communmente se adereça con leche de cabras, o con leche de almendras, para los dias de ayuno, y segun Celso es de buẽ mantenimiento. Vsase poco en Italia y mucho en España.

ibidem.
Galeno. 8. de Aliment.

Ay

Ay gran abundancia dello en Indias a dõde hazen de ello vna beuida que emborracha mas que vino: porque le preparan con muchas especias, y açucar, y hazen pã dello, y tienen lo por mejor que a nuestro pan.

Del farro y almidon.

CAP. XXIIII.

EL farro, que communmente vsamos, parece ser hecho de ceuada. Y aunque en el nombre parezca ser el far de los Latinos es differẽte en parte, digo en parte, porque este farro que vsamos es cosa artificial, porque se haze de ceuada, o de la espelta, o de trigo como despues veremos. Empero el far de los antiguos paresce ser grano de pan llamado espelta: empero en parte se puede tomar por el far, porque muchos y muy autenticos authores dizen, que el far es cosa artificial hecha de trigo o de espelta, o de ceuada, y dizen, que deue ser trasluciente, y y duro, y firme, y que no se quiebre de pre

Ff 3 sto,

© Biblioteca Nacional de España
© Biblioteca Nacional de España

quiere Plinio, sea la espelta. Empero cómo lo hemos traydo de Palladio, y lo quiso Rasis en el lugar alegado, puedese hazer de espelta, y de cevada, y de otro qualquier grano de pan. En fin el tiene, segun experimẽtamos, todas las propriedades del ordiate que llamo Hippocrates granoso y no colado y Auicena Ristordei suelen algunos echar greda con el farro para que se conserue: empero haze se pestilencial, y que lo mezclen, Plinio lo affirma, el almidon se dize de Amilum, vocablo latino que significa hecho sin moler Caton quiere se haga de candeal, Plinio, y los de mas, de trigo, y mejor del trimesino, de aqui sacamos que es muy bueno del chamorro. Dioscorides dixo q̃ era aprouadissimo lo de Egypto, y de Candia, Plinio, lo de la Isla de Chio, en algunas cozinas lo guisan con leche y açucar. Empero sera muy viscoso y malo, para los riñones y dize Galeno, que es ygual en bondad a los muy delicados panes, dize que enfria y deseca moderadamente, y que es de buẽ nutrimento, ha de ser muy blanco, y liuiano, y biso, y gual, ablãda el pecho aspero, es bueno para la tosse con açucar, y para qualquier

Raſ. 21 con. cap. 189.

© Biblioteca Nacional de España

quier corrimiento, Paulo dize, que se deue hazer por los caniculares, Plinio affirmo, que dañaria a la vista de los ojos.

Fin del segundo libro.

© Biblioteca Nacional de España

LIBRO TERCERO DE AVISO de Sanidad. Que tracta de las fructas.

De las fructas, que no se deuen comer por razon de su poco nutrimento.

CAP. Primero.

PORQVE del mucho vso de comer fructas suelen los hombres venir en agudas y mortales enfermedades, dando se a ellas desmoderadamẽte y sin freno, tengo por bien en este tratado dezir, por authoridad de doctos varones, quan pocoy malo sea su mantenimiento, y quãdo conuengan comer se, y de que manera, y a quienes dañan, y porque no viuimos para comer, sino que comemos para viuir, y no podemos viuir sin que nuestro cuerpo se repare, y restaure delo que de su substãcia sea resoluido, y perdido, pues de otra

otra manera nuestro humido radical se agotaria, y gastaria del calor natural, y exterior, y porende nuestra vida se abreuiaria. Y como la tal reparacion y restauracion se aya de hazer con buenos mantenimientos, y de mucho nutrimento, y los generos de fructa no sean tales. Pues como dize Galeno, vniuersalmente conuiene saber que todos los fructos dan humido y delgado mantenimiento fluxible, q̃ presto se destribuye por todo el cuerpo, y presto se disuelue, e Isac. Todas las fructas mantienen poco, y son de mal nutrimento. Sigue se que con ellas no se podra reparar ni restaurar lo q̃ se disolnio, pues requiere que en su lugar, se reponga mantenimiento, no fuxible, y correntio como el de las fructas, sino solido y macizo, y bueno. Y porende dixo Rasis. Las ortalizas y fructas enllenan el vientre con poco mantenimiento, y engẽdran en el cuerpo crudos y malos humores, y en el libro de su continẽ. dixo, breue sera la vida de aquel q̃ se mantiene de manjares de poca substancia, como son los de ortalizas, y de fructas de corteza dura. Anssi que como las fructas sean de poco mantenimien

Galen. 2. de alim.

Isa. die. un i: cap. 26.

Rasis. 6. ad alm. & 25. continent.

to

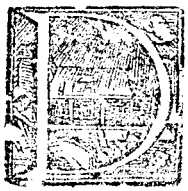
© Biblioteca Nacional de España
© Biblioteca Nacional de España

to y ruyn, no pueden sino engendrar poca sangre, y ruyn humor porque como dize sant Hieronymo sobre el Euangelista Matheo. *Neque enim fieri potest ut ex malo bonum, aut ex bono oriatur malum.* No puede ser que de lo malo nazca bueno, ni de lo bueno malo. Y por ende no podra ser que de las frutas se haga buena sangre, ni buen humor digo tomando las por via de comida, y sustento principal, porque de comer las assi, se seguiran (como dixe) no pequeñas, antes muy peligrosas enfermedades, y por ende son sabios los que usan dellas poco, y mas sabios los que muy poquitas vezes, y sapientissimos los que nunca usarē dellas.

Hier. super Math.

Como las frutas no se deuen comer por razon de su particular nutrimento e de algunos notables.

CAP. II.



Diximos arriba, que las frutas no se deuan comer por via de mantenimiento, Lo vno porque no el que tienen es poco, porque son tiernas y blandas prestas para se

se dissoluer de los miembros, Lo otro, porque es malo, La causa de su malicia es por que son faciles de se corromper y podrir. Por loqual aunque las tales frutas sean de mucho nutrimento, por razon de su malicia se deuen desechar, porque traen a los hombres en fiebres y en otras dolencias, y enfermedades diuersas, y por esso dixo Rasis. Digo que la mayor parte de las frutas es, para vso de medicinas, y por ende su frequente e continua comida, corrōpe la sangre, y assi Auicena dixo, de ellas, los q̄ vsaren mucho de tales mantenimientos, conuiene a saber de frutas, son prestos y aparejados para caer en calēturas, y en otra parte dixo. La mucha aguosidad de la sangre causada de comida de fructas aguosas haze putrefaciō en el cuerpo. Y por el mismo caso la muchedumbre de humor crudo prepara a calenturas y corrupciō, qual es el humor que se engendra de cohōbros y pepinos, y peras, y de sus semejantes. Y por esso dixo Isac. Todas las fructas engēdran mal mantenimiento, porque quando se digieren la sangre que dellas se haze esta muy propinqua a putrefaction. De donde prouiene, que las fructas hinchan y en-

Rasis li. 25 cont. cap. 1

Auic. 3. pri. doct. 2. ca. 7

Isac. doct. 5. cap. 26.

© Biblioteca Nacional de España
© Biblioteca Nacional de España

y engendran grueſſo humor, y ſi no ſe digeren, ſe bueluen en mala qualidad, en eſpecial, ſi ſe comẽ deſpues del manjar. Como ſon las fructas que el Galeno nombra horarias, que ſon las que ſe maduran en mitad de los caniculares, las quales facilmẽte ſe corrompen, como es la calabaça, el melon, las moras, los priſcos, los duraznos, de los quales aunque ſean faciles de digerir, ſe engendra de dentro de las venas vn humor maligno, el qual por luengo tiempo eſcondido viene en corrupciõ y cauſa fiebres y calenturas de malina naturaleza, como el miſmo lo dixo en el libro de Euchimia, Por lo qual deuenſe todos guardar, en eſpecial los mocitos, deſtas tales fructas, mayormẽte ſi ſon las horarias, como melones, y moras, y duraznos, y cohõbros, y pepinos, y mucho mas en tiempo de octoño, como lo eſcriuieron Raſis, Auicena. Son eſpecialmente malas las fructas para los eſtudiantes, y para los que ſon flacos y achacoſos, de la cabeça, porque hinchen de vapor la cabeça, Y porende ſus ſentidos ſe embotan y perturbá y las obras del entendimiento ſe impidẽ. Porque no ay coſa que tanto vapor engẽdre

Ga. 2. de ali.

Raſ. 4 ad alm. ca. 26.

Aui. 3. pri. doct. 5. ca. 1.

dre como la fructa, eſpecial la del eſtio llamada oraria, como lo dixo Auicena. Y para concluyr razones, no ay coſa que mas haga para la conſeruacion de la ſanidad que dexar las fructas, como coſa humeda y corruptible, y allegarſe a loables mãtenimientos.

Aui. 13. ter. tract. 1. c. 16

A quales hombres menos dañen las fructas y a quien mas, y en que tiempo ſe deuan comer.

CAP. III.

PORQVE como dize Yſidoro. Summa miſeria y deſuentura es no ſaber adonde vas. Tengo por bien en eſte capitulo declarar, a quien ſeã las fructas mas dañoſas, y a quien menos, porque nadie por ignorancia caya en peligro, y porque ſe ſepa, quien puede comer las fructas con mas ſeguridad, y quiẽ con temor. Y por eſſo ſe deue dezir con Auicena. Que las fructas no ſon conuenibles para los hombres delicados y holgados, que viuen en regalo y ſoſiego ni para los viejos, ni muchachos o niños. Ni final-

Aui. 3. pri. doct. 2. ca. 7

© Biblioteca Nacional de España
© Biblioteca Nacional de España

nalmente para la gente que no trabaja, ni se exercitan por dos razones. La vna por que en razon de mantenimiento a ninguno aprouechan, antes dañan. La otra por que especialmente en gente de esta manera, se hazen veneno, y ponçoña, que congela y sobre manera enfria, matando los cuerpos por diuersas vias y maneras. Por que como hinchen, y enllenen el cuerpo de sangre aguosa, y fluxible, y de crudezas como las tales superfluydades y aguanosidades, no se resuelnan cõ trabajos ni exercicios, bueluen se por discurso de tiempo en el estomago y venas, en vna colera porracea, y eruginosa, como de color de cardenillo, la qual trae accidentes mortales y frenesias. Como muy bien lo dixo el Galeno en el sexto de las Epidimias, adonde dixo, que la colera, eruginosa, engendrada de muchos dias por los malos alimentos, quando empareja con el coraçon, en quatro dias mata, como de antes no mostrasse malicia ni daño alguno, y traxo por comparacion la mordedura del perro rauioso. Empero aunque es verdad que la comida de las fructas siempre cõsigo tray ga daño (pues no es otra cosa su mantenimiento, sino vn çumo aguanoso y vna superfluydad humoral que hinche la sangre de humidades, y crudezas y haze ebullicion, y eferuencia en el cuerpo, cercana para engendrar fiebres y calenturas,) cierto para estomagos y cuerpos caliẽtes y secos y para gente trabajada, y exercitada, y para mancebos y colericos, y para cansados de caminos, son conuenibles, porque con su çumo se refrescan, y su sequedad se tiẽpla, y para de presente dan grã refrigerio y aliuio al cuerpo. Digo de presente, porque si despues de comer las tales fructas. (como son aluarcoques, duraznos, priscos, peras, melones, pepinos, cohombros) no tornan a se exercitar para resoluer y gastar la superfluydad aguosa que se engendro de las tales frutas, como se guarde y este en las venas, sin se consumir, verna despues ha hazer fiebres y diuersas enfermedades. Anſi lo dixo Auicena. Empero es muy vtil y necessaria, la comida de las tales fructas para los que antes y despues se exercitan y trabajan. Anſi lo dixo Isac. Conuiene en todo tiempo que los que comẽ las frutas se guarden dellas como de malos manjares, sino fuere quando

Auic. ibid. Isac die. uni. cap. 21.

© Biblioteca Nacional de España
© Biblioteca Nacional de España

ha precedido grã trabajo, o de camino largo, o de mucho calor, porque en tal tiempo es necessario, que la sequedad se temple y el calor se refrigere. Porque auiendo sequedad y calor, bueno es dar fructas humedas, como moras, ciruelas, vuas, higos, priscos, pepinos, cohombros. Ni conuiene enfriarse por defuera, ni lauarse muchas vezes, ni tomar nieue, pues el que no tiene costũbre de vsar nieue, deue huyr della. Porque aunque los jouenes y mancebos de presente no sientã el daño de la nieue, empero poco a poco se va haziendo grande, cierto saliendo de la edad juuenil y entrando en mas edad, caen en muchas y diuersas enfermedades, que son incurables, y por luengo tiempo insisten en las junturas haziendo gota, y en los nieruos haziendo perlesia, y espasmos. Boluiẽdo pues a lo de las frutas que no las coman si no los que trabajan, como lo dixeron, Rasis, y Gal. Ha se tambien de aduertir q̃ las tales fructas no se comã despues de otros mãjares, sino antes y al principio, sino fuere que las tales fructas sean Estipticas y acerbas, o agrias, o azedas. Las quales se detengã y retarden en el estomago, pues en tal

Rasis. 4. ad Alm. cap. 4 Galen. 2. de aliment.

tal caso se deuerã comer a la postre de los manjares. Tales fructas son membrillos, mançanas azedas, peras, ansi lo quiso el Galeno, diziendo. Conuiene tener en la memoria, como precepto comun en todo que todas las cosas que fueren de mal xugo humidas y deleznables, que facilmente se van, se coman primero, que las otras cosas, porque desta suerte ligeramẽte desciendẽ y abren camino y via, para las demas comidas: empero tomandose a la postre, corrompen a los manjares que hallã en el estomago. Y tengase auiso, que despues que las tales fructas ayan descendido, comã luego tras ellas otro mãjar, porque si a caso se comen despues de otro mãjar corromperle han, y hazer le han descendir indigesto a las tripas, y venas miseraycas.

ibidem.

A donde se muestra que fructas principalmente se deuen euitar, y si conuenga beuer uino o agua tras ellas.

CAP. IIII.

© Biblioteca Nacional de España
© Biblioteca Nacional de España

Diximos que cõuenia comer las fructas verdes, o humidas, a los jouenes o mancebos, a los trabajadores, a los exercitados, especialmente en el estio, y no en otro tiempo y antes de otro manjar. Empero ha se de aduertir, que esto no se deue entender de todas fructas, sino solamente de las domesticas, y no siluestres. Y de las domesticas, no de todas sino de las loables y mejores, de las de blanda y tierna corteza, de las perfectamente maduras, y no de las mas. Anssi lo quiso el Galeno. De las fructas menos molestian las que ablandan el vientre, como son las moras, las ciruelas, las guindas los higos. Empero, las que son tardas de descendir son peores que todas. Especialmente si son duras para los cuerpos, porque no se deue gustar destas, pero deuen se gustar las que son buenas para poder se guardar, como son las peras, las vuas, los membrillos. Finalmente las fructas domesticas que tienen la corteza blanda y delgada, son las mas loables, porque la corteza delgadita y blanda de muestra que su substancia es delgada y humida y liuiana, y pa-

Gale. lib. de atten. uictu

sta para penetrar por las venas, y obediente a la naturaleza. Y porende dixo, que los higos son la mas loable fructa de quãtas tienen corteza, y las vuas tienen segũ do lugar despues de los higos si estan biẽ maduras, y las fructas syluestres, o las domesticas no maduras no se deuen comer, porq̃ todas son estipticas, frias, de grueso xugo, difficiles de digestion, tardas de penetrar por las venas, y que hazen mucha tardança en el estomago: especialmẽte las fructas que estan por madurar, o las q̃ se maduran antes de tiempo entre paja, o de otra manera. Porq̃ anssi estas fructas como las siluestres, aunque esten bien maduras no se deuen comer, no solo delos ociosos y regalados, empero ni aun de los exercitados y trabajadores, porque son de malino y detestable nutrimento. Ni mas ni menos se deuẽ mucho huyr las fructas venenadas que estan carcomidas de gusanos, porque son mortales, y emponçoñadas, y el menor daño que hazen es corromper, y inficionar la sangre, y hazer fiebres mortales, como lo dixo Rasis. Pues luego deuemonos guardar de todo genero de fructas que no esten muy bien ma-

Rasi. lib. 1. a phoris.

© Biblioteca Nacional de España
© Biblioteca Nacional de España

duras en sus arboles, y escogerlas muy biẽ maduras en sus arboles que se puedẽ guardar por todo el inuierno hasta la primauera. Porque es aueriguado que las fructas no se pueden madurar bien sino con el calor del sol, como lo dixo Ptholomeo, y el Galeno. Ha se tambien de aduertir, que ni antes del comer de las fructas, ni luego despues, ni con ellas, no se coma otro manjar, porque no se corrompa y empodrezca, sino que acabãdo de comer la fructa humida aya mouimiento de andar, o passear hasta que la fructa vaya a baxo, y entonces se puede comer otro manjar. Porque de otra manera mezcladas con los otros manjares traeran grande daño en las venas. Empero si vuiere sed despues de comer las tales frutas no se deue beuer vino en mucha cantidad, como quando se beue por via de nutrimẽto y beuida, sino en poca cãtidad, y puro, y esto por via de remedio medecinal, porque como dize Galeno. Este tal vino tomado ansi puro en poca cantidad, es causa que la tal fructa se digiera bien, y no la lleua indigesta y cruda por las venas. Mas antes primero q̃ se destribuya por las venas, ya la ha digerido, o cozido. Esto se deue entender quando la fructa es fria y humeda, y el estomago no es calido, tales son melones, pepinos, ciruelas, prisços. De otra manera, si la fructa es caliente y seca, y el estomago es caliente, deue se beuer agua tras ella. Dixe q̃ el vino que se deuia beuer tras la fructa fria y humeda, auia de ser poco, puro, fuerte, bueno, y odorifero, porque si fuesse mucho aguado, que se tome por via de beuida, en tal caso mezclandose con el xugo dela tal fructa, haria muy mala sangre, y el vino lleuaria al xugo de la fructa, hasta las extremas partes del cuerpo, especial si la tal beuida fuesse tras melones, y ansi dixo el Galeno. Que el tal vino beuido tras la fructa, haze vna mezcla, la qual guardada por largo tiempo en las venas, hara venir en corrupcion, y en fiebres, y calenturas de mala costumbre.

Ptho. 1. qua dri partit cap. 4.

Gal. 2. cõmẽ uictu. acut.

Gal. 2. de alẽ c. de cucum.

Dela Alcaparra.

CAP. V.

Gg 4 Las

© Biblioteca Nacional de España
© Biblioteca Nacional de España

AS alcaparras, anſi en ſus hojas, rayzes, cortezas, y ramas, como en ſu fruto, ſon muy vtiles en la medicina, empero aqui ſolamente haremos mencion de los frutos. De las quales dize Auicena, que ſon calientes y ſecas en ſegundo grado. Empero Auerroes, dixo que eran calientes en ſegundo grado, y ſecas en tercero, por que dixo que eran de ſuſtancia de tierra, y de ſuſtãcia aduſta, ignea y ſubtil, lo qual ſe parece por ſu amargor ſeñalado. No vienen a nueſtras partes ſino ſaladas, y poren de las comemos ante de los manjares adereças con azeyte y vinagre, y primero cozidas en agua. Son de poco nutrimento. Empero las verdes y por ſalar y ſus tallos de la miſma manera aparejados, Son de mucho mas nutrimento, ſon mundificatiuas, aperitiuas, y reſolutiuas, cozidas, ſon para contra todas las enfermedades de baço, anſi comidas, como pueſtas por emplaſtro, euacuan melancolia y humores grueſſos, por camara y por la vrina. Prouocã el ordinario de las mugeres, ſon fuertes y de muy delgada ſuſtancia: conuienen para deſ-

Auic. canõ 2. Auer. 2. colli.

deſpertar la gana del comer, confortan el eſtomago ſi ſe comen cozidas y adereçadas con vinagre. Porque todas las coſas adereçadas con vinagre adquieren mucha ſubtileza, y refreſcan el higado. Las que ſe comen ſin adereçar ſon dañoſas al eſtomago: anſi lo dixo Raſis. Y Dioſcorides. Son malas por via de nutrimẽto: porque cauſan ſangre colerica y negra, hieren y dañan los neruios del eſtomago: pero pierden eſto en ſu cozimiento. Eſto dixo Iſac: y todo lo ſobredicho Galeno: y Paulo. Auicena, Auerroes. Raſis, Iſac en los lugares allegados.

Rd. 23 cõ. c. 664. Dioſ. lib. 2. c. 165.

dietis. part. Paul. lib. 1.

De los melones, y de ſus qualidades, en quanto manjar.

CAP. VI.

OS melones, ſegun Galeno, ſon en dos maneras. Los vnos ſe llaman, ſegun el pepones, y ſegun los barbaros batheca, o anguria, que nosotros dezimos Badea. Los otros llama el Galeno, Melopepones, y haze diſtincto

© Biblioteca Nacional de España
© Biblioteca Nacional de España

capit. de los vnos y de los otros. Estos de quiẽ primero Galeno haze mencion, que se dizen Bathechas, o Badeas, llaman tambien los barbaros melones indicos, o Sarracenicos, los quales son grandes, y tienen la caxcara verde, y la carne blanca, y la simiente negra, son frios segũ el mismo, y muy humidos. Auicena, dixo, que eran frios en el principio del segundo grado, engendran y causan passion colerica, que es vomitos y camaras, prouocan vrina y mucho mas su simiente aprouechan mucho para piedra de riñones. Empero, quando se corrompen en el estomago, se buelven en naturaleza de veneno y ponçoña, y porende conuiene que luego como agrauan se saquen con presteza, con todo esso no son faciles de corrupcion, y son vtiles a los caluroso de estomago, y a los que padescen fiebres por razon de su frialdad amatan la sed, y humedescen mucho, engendran flema, y humores gruessos, resisten a los humores mordaces del estomago y higado, engendran sangre aguosa. Porende se corrige si es colerica. Y tienen se en parte para los ardores por mejores q̃ las cosas acetosas, o azedas, porque las cosas

Aui. 2. can. cap. 93.

sas azedas, como el oximel, o xarauc de azederas, en magrescen el cuerpo, y desecã, y no humedescen. Y aũ a caso hazen excoriaciõ en las tripas, que es disenteria, etc nasmõ, y por adstricion que tienen se causa atapamiento y opilacion, si fueren azedas y estipticas. Pero las cosas frias y humidas desabridas, que son de delgado sustancia y dulces, como son las naranjas dulces, y estas badeas, engendran en el cuerpo vn xugo aguoso, y subtil, que corrige la acrimonia de la sangre colerica que esta en las venas quando se mezcla con ellas. Finalmente enfrian mas que todos los generos de melones, y son mas duros de se alterar en el estomogo: no se deuẽ comer con otro manjar, porque le corromperan. Deuense de comer primero q̃ el manjar, y no despues: porque si despues de comer de tal suerte le pueden corromper: que se tornen veneno. Son en quanto alimento totalmente de mal xugo, frio, y humedo, que mueue vomitos, y ñ no se digiere, causa fluxo colerico, su simiente mueue vrina quebranta la piedra de los riñones, y mundifica con vehemencia, como lo dixo Paulo. El otro genero de melones que llama

paul. lib. 1. cap. 80.

© Biblioteca Nacional de España
© Biblioteca Nacional de España

ma el Galeno Melopepones: entiendese que los que aca dezimos romanos, y no castellanos, los quales el no conocio, y es la razon, porque hablando el de los melopepones, dixo. Que no mouian tanto la vrina, como los pepones, o badeas, y que no eran tan humidos. En fin, segun lo que dize, le haze ser no poco semejante a la Badea: porque el ser mas, o menos humida, no le varia de su semejança. Y por esto Isac dixo, que los melones del estio, q̃ son los que dizen los Griegos Melopepones. Son en dos maneras, vnos son redondos. Y otros son largos. Y ansi el vno como el otro son frios y humidos en la mitad del segundo grado. Y dixo mas, que el redondo, que es el que llamamos Castellano es d̃ xugo mas grueſſo y mas dulçe, y q̃ por ser de xugo grueſſo se haze redõdo porque apesgan tanto a vna parte como a otra, y que era mas dañoso que el luẽgo. Y que el melon luengo era de xugo mas aguoso y delgado, y que como fuesse d̃ naturaleza de agua corria abaxo mas q̃ arriba, y que ansi se hazia luengo. Y que este era mejor que el redondo, aunque no de tanto sabor, antes desabrido poco menos que

que la Badea. Por lo qual, como en humidad y de sabor se allegue mucho mas a la Badea, que el Galeno llama, Pepon, y sea de mucha humidad, poca menor que la Badea, sigueſe que es el Melopepon de Galeno. Porque el Melon Castellano en comparacion del Romano y de la Badea, si es bueno, es de mucho menor humidad, y aguosidad, y es muy mas solido y duro de digestion, aunque tambien prouoca a vrina Este es mi parescer, diga lo que quisiere Laguna. Empero ansi el redõdo, como el largo, quiero dezir, ansi el Romano, como el Castellano, son frios y humidos y mundificatiuos, y su carne se conuierte en el humor que halla en el estomago, y no es facil de digestion. En fin son dañosos para el estomago, y mucho mas el Castellano, ablandan, y mollifican le sus neruios, y hazen le correntio. Son malos para los achacosos de paſsion colica, empero buenos para los calientes de higado. Los melones Castellanos engruessan mas la sangre y detienen se mas, son mas difficiles de digestion, pero por su humidad grande mueuen a vrina, y alimpian mucho, y desllauan, lo qual hazẽ los melones roma

© Biblioteca Nacional de España
© Biblioteca Nacional de España

romanos, cõ mas presteza, y vehemencia. Finalmente, anſi los vnos como los otros ſon de poco mantenimiento, y ſi quando empieçã a agrauar y dar peſadumbre en el viẽtre, no ſe ſocoren cõ algo, hazenſe veneno y ponçoña, Y los q̃ ſon caſtellanos, q̃ ſon mas dulces, y porẽ de menos frios, declinan mas a colera, y los demas aflemma los quales con mas efficacia, matan la ſequia y humedeſcen y mueuen vrina. Pero para euitar los daños que hazen, deueſe comer tras ellos agengibre, encienſo, almaciga, hinojo, anis, ſal, con ellos o pimiẽta, ſi los que los vuieren comido, fueren frios de eſtomago: empero ſi fueren caliẽtes, tomen vn poco de çumo de granadas, o oximel, eſto dixo Raſis, Auicena, y Galeno, en los lugares alegados, deuenſe comer, mucho antes que los otros mãjares. Y para que no hagan tanto daño, haze mucho al caſo comer buenos alimentos tras ellos, porque de otra manera luego cauſan vomitos en las partes a donde ſe vſan mucho comer no hazen tanto daño como adonde no ſe vſan tanto, exemplo tenemos del Papa Paulo ſegundo. que murio de comida de melon, y el Papa Clemente.

Rha. 3. ad Almã. c. 20. & can. 25. c. 1.

De la

De la calabaça, y ſu nutrimento.

CAP. VII.

SEGVN Auicena. La calabaça es fria y humeda en ſegundo grado, y cozida es de algun mantenimiento y ſuſtentacion, ſi ſe digiere: porque ſi no ſe digiere, luego ſe corrompe, como lo ſuele padecer quando ſe junta en el eſtomago con algũ mal humor, el mantenimiento que engendra es como agua, o como el de las moras. Empero hazeſe loable ſi ſe cueze con mẽbrillos, o con çumo de granadas, o de agraz, o con azeyte de almendras. Dezien de preſto del eſtomago por cauſa d̃ ſu mucha humidad. Engendra humor flematico y poreſſo no es cõuenible para los flematicos, ni melancholicos. Pero es bueno para los colericos y ſanguinos, aũque mejor para los colericos. Es como materia de los alimẽtos, porq̃ ella de ſi no da ſino vn mãtenimiento de vna ſuſtancia ſimple y ſemejante toda en ſi. Y ſi ſe junta con otra qual-

Aui. canõ. 2. ca. 179.

© Biblioteca Nacional de España
© Biblioteca Nacional de España

qualquiera cosa, da el alimento de aquella cosa con quien se junta. Porque si se come con mostaza, engendra vn humor mordaz con calor manifiesto. Si con sal engẽdra humor salado. Si con çumo de membrillos, engendra humor acerbo y estiptico. Es dañosa para el estomago y tripas, y para los achacosos de pasiõ colica, especial si se come cruda, porque causara ascos, vomitos, y vn humor de agua y delgado. Puede se dar a los flematicos cozida cõ pimiẽta, apio, y erua buena, mostaza, y oregano, comida sin estas cosas, destruye el apetito y relaxa el estomago, mata la sed, y el ardor đ higado y estomago. Y si se come muy amenudo cria tenasmõ, como lo dize Rasis, Empero corrigir se ha si se frie y adereza cõ especias, vinagre, y para ser menos humida. Si vna vez se corrõpe el estomago haze se de muy mal mãtenimiẽto y hazese tarda de descendir y engendra vn humor desabrido. Todo esto dixeron, Auicena, Auerroes, Rasis. Ay otro genero de calabaças que se dizen de la India, de figura de melon, y estas son de carne mas solida y firme y dura de digestion, de xugo grueso, y que difficultosamente se ablanda

Tenasmõ. es puxo. Rasi. aphori.

Auic. ibidẽ. Auer. 5 coll. g. Ras. 3. ad Alm. c. 18

da, sino con mucho cozimiento, y con todo esto son de mal mantenimiento, enfriã y humedecen, y no tienen facultad de mouer camara, porque no son mundificatiuas, guardã se por todo el inuierno, y tambien las otras hechas ruedas.

De los pepinos y cohombros, y de sus propriedades para se comer.

CAP. VIII.

SEGVN escriue Rasis por authoridad de Bimasui, ansi los cohombros como los pepinos son frios y humidos en segundo grado casi al fin pues dixo. Los cohombros y los pepinos son frios y humidos del segundo grado. Empero el pepino es peor que el cohombro, porque engendra en el estomago vn humor grueso y viscoso: el qual procede crudo por las venas, del qual si redunda se hazen fiebres cronicas: quiere dezir, de largos dias, y no prouocan tanto la vrina como los melones, y presto se corrompen en el estomago, porende los que le comen

Rasi. 23 cõ. cap. 611.

Hh deuẽ

© Biblioteca Nacional de España
© Biblioteca Nacional de España

deuen luego trasel comer vna semilla que dizen Ameos, que es como alcaraues, cō tal que el estomago no este inflamado. Y finalmente dize, es vtil al estomago caliē te. Esto dixo Rasis, en lo qual conforma con todos los que del pepino escriuierō. Y Galeno y los demas Griegos no hazē mencion sino del pepino, al qual llaman Cucumer, o Cucumis, porque el cohombro en pocas partes se halla sino en Espaīa. Quieren algunos dezir, que el cohombro aya nacido del pepino, porque guiando al pepino por vna caña oradada se hizo cohombro, de la simiente del qual se hizierō los cohombros. Es el cohombro frio y humedo en segundo grado, es mas loable que el pepino, por su tortuosidad le llamarō cohombro de culebra, porque esta torcido y largo a manera de culebra. Es mas loable que el pepino, porque como se estiende y crese en mayor longura es mas exercitado y menos humedo, y porende mueue menos vrina que el pepino: porque el pepino es mas pesado al estomago, por ser mas frio, conuiene a saber, en tercero grado, y es mas dañoso a las hebras y neruios del estomago, y porque es mas humido mueue mas la vrina. Empero el

Ra. 4. aph.

el cohombro, aunque es dañoso al estomago, y si halla algun manjar crudo en el estomago le conserua, assi en su crudeza, y no le dexa digerir. Empero con todo esto no es tan dañoso como los melones, porque el cohombro y aun el pepino solamente resisten a la virtud digestiua, y offendē al estomago. Empero los melones relaxā la substancia del estomago, y conuiertense en humores venenosos, los quales hieren al estomago. Esto se entiende quando los melones no se digeren como deuen en el estomago, porque si bien se digierē mejor humor crian en el estomago, que los cohombros, porq̄ el cohombro es de grueso xugo, cercano a flema vitrea. Finalmente, porque los cohombros son menos humidos que los pepinos, porende menos mueuen vrinā, empero mejor mantienen que los pepinos, los quales sino se digieren se bueluen en humores cercanos a veneno. Llaman a los cohōbros Cucumeres, y a los pepinos Citrulli, porque despues de perfectamente maduros son amarillos como cidras. Empero Paulo quiere que mueua mas la vrina el cohōbro que el melon contra Gal. y los demas, y deue se ad-

© Biblioteca Nacional de España
© Biblioteca Nacional de España

uertir nadie los coma hasta hartura por que se hara veneno frio Delphilo sobre Atheneo quiso que los cohombros no se coman al principio dela comida si al principio no a la postre porque dize que causara vomitos como el rauano porque luego sube arriba, empero esto es contra medicina y es adagio antiguo que no coman cohombros sino las texederas dio Aristoteles la razõ porque son desuergonçadas y luxuriosas y que con el cohombro se tiepla su ardor: el olor del cohombro vale cõtra el desmayo de coraçon.

De los hongos, y setas, y de su malicioso nutrimento.

CAP. IX.

LOS hongos son segun de los arboles y vicio de la tierra y segun Dioscorides, en su libro quarto, son en dos maneras. Vnos son mortiferos, y otros no mortiferos, podemos romancear, que vnos son hongos que

que son los malos, y otros son los que llaman vulgarmente, xetas que son los hongos mas sanos: y a estos pienso se semejã a los, boletos: estos son mas oloroso y mas enxutos, blancos por arriba, negros tirantes a roxo por abaxo, pequeños y apiñados: los quales nacen por Abril en los prados con las primeras aguas. Los mortiferos se paran de mil colores en cortandolos. Destos son los que nacen junto adonde ay escorias de hierro, o junto al hierro, y por ende son como de color de cardenillo por abaxo, y los que nacen junto a cosas de estiercol y podredumbre, y los que nacen a par de animalejos ponçoñosos, y los que nacen a par de las oliuas, porque de la oliua se les pega mucha vescosidad gruessa: y finalmente los que nacen junto a muladares que llaman cagada de lobo y los que dizẽ porcales muy cercanos a veneno. Todos engendra apoplexia y espasmos, sincopas, matan de presto, traen ahogamiento. Pero es socorro contra ellos el estiercol de la gallina beuido con vinagre o oximel con calamento, que es la yerua nieta. Los que se dizen xetas son de menos daño y no mortiferos. Especialmente

© Biblioteca Nacional de España
© Biblioteca Nacional de España

los que nacen junto a robles, a cipreſes, y pinos, y mejores las de jũto a caſtaños. Empero anſi los vnos como los otros ſon muy malos, frios y humidos, en fin del tercero grado: engẽdrã mal humor, y grueſſo, ſon dificiles de digeſtion, cauſan vomitos y camaras, a hogan ſi ſe comen muchos, porque comidos, como vna eſponga ſe hinchan en el eſtomago y empapan de los humores que eſtan en el eſtomago, y a par, y anſi hinchados vienen a comprimir los pulmones y a ahogar. Empero corrigeſe ſu malicia ſi ſe cuezen primero en vna agua, y deſpues los eſtrujan, y los tornan a cozer en otra, guiſandolos con pimiẽta, canela, clauos, agengibre, oregano, eſpecias oloroſas, Comãſe deſpues dellas albahaca cãpeſina, peras o los pimpollos del peral hechos ceniza, beuaſe tras ellas vino puro, no por via de beuida ſino por via de correctiuo, Porque beuiendo por via de beuida en cantidad aguado, lleua el humor de los hongos haſta las poſtreras partes del cuerpo, como lo dixo Auicena es muy alabada contra ellos la radicula que ſe dize lanaria. Finalmente, deſpues deſtos y de los mortiferos, ſe tome el mi-

Aui. 2. canõ cap. 275.

el mitridato, la atrica, la cõfection de las tres pimientas, el diacimino, como lo dixo Raſis. Tambien es bueno comer tras ellos el maſtranto. Finalmente nos guardemos de los mejores, porque ſon muy dañoſos, y peligroſos, porque como dixo el Galeno. Yo vi a ciertas perſonas q̃ murieron de comer hongos. Los que dizen beletos ſon los muy alabados de los antiguos cõ los quales Agripina mato a Claudio Ceſar. Eſtos naſcẽ en gran copia en Genoua, naſcẽ apiñados como vn hueno por que encima eſta vna como guiema de huevo encaxada en vna caxita que es como clara de hueuo: eſtos ſon los que dize Galeno ſe hã de comer y no otros hõgos. Ay muchos de ellos: vnos dizen Amanitas, y otros Romanitas, traẽlos a muchas partes en eſcaueche y en ſal, echanlos en agua para que ſe quite la ſal, deſpues los frien y aderezan con pimienta y otras eſpecias.

Rd. 22. con tin. c. 584.

Gale. lib. de euchimia.

De las turmas de tierra, y de ſus qualidades, en quanto ſon manjar.

CAP. X.

© Biblioteca Nacional de España
© Biblioteca Nacional de España

COmo lo dize el Galeno. Todas las cosas nacidas sin sabor, o sin alguna acrimonia al gusto, y finalmente sin sabor alguno, naturalmẽte son peores que todas las de mas cosas de comer, como son los hongos y las turmas de tierra, por la malignidad de la tierra adõde nascen, y por el mal humor de q̃ se cria, Aunque como lo dize Rasis. Los hongos son mucho peores q̃ las turmas, porque si las turmas primero se cuezen en vna agua, y despues se guisan con sal y azeyte y especias, no son mal nutrimento, como lo dixo Galeno. Que aunq̃ son de grueso xugo, empero no son de mal nutrimento aunque Marcial dixo que los boletos son mas preciados que las turmas pues dixo. *Tubera boletis poma secunda sumus.* Nascen con las tempestades del octoño, y con los truenos son mejores y mas tiernos por el verano, nacen en lugares secos y matorrales. No tienen sabor, y son duras de digestion, y la empiden, agrauan el estomago, causan perlesia, y apoplexia, de tienen la vrina, hazen mal de riñones, engendran flema gruessa, causan passion, colica, por que

Rasi. ad Almanso. c. 18.

Gale. lib. de euchimia. cacochi.

q̃ son frias y gruessas. Las mejores turmas son las blancas como arenosas que no tienen mal olor, y mejores son las humidas que las secas, deuense mondar con cuchillo, y guisar se como hemos dicho. Las peores son las gruessas nacidas en mala tierra, debaxo de arboles. Y las que son negras las quales se hallan tã grandes como melocotones paresce se de natura de tierra porque comiendolas se ha hallado vna moneda dentro cierta tierra se buelue en si misma y se haze vna redondez que es turma. El vino puro beuido tras ellas es muy buena atriaca. Son de sustancia de tierra y de agua, y tienen vn poco de sustancia tenue de ayre, como lo dixo Auicanc.

Aui. 2. canõ cap. 692.

De las Verengenas, y de mal mantenimiento que causan:

CAP. XI.

NO hallo entre los authores Griegos quien haga mencion de la verengena, por que aunque algunos quieren dezir que es aquella especie de Mandragora que

© Biblioteca Nacional de España
© Biblioteca Nacional de España

Dioſ.4.lib. Dioſcorides en ſu quarto libro llama Morion, que en Latin ſe declara. *Malum inſanum.* Que quiere dezir Mançana loca, porque tiene vn ſabor deſgraciado y loco. Empero en ſu diſcripcion no conuienecõ la verengena. Llaman la los Arabes Melõgia, y Melongena. Trata della Auicena. Y dize, que la verengena es apredominio caliente y ſeca en ſegundo grado. Lo qual dize que ſe parece por el ſabor amargo y agudo que tiene. Dize que engendra melancholia y opilaciones, y que corrompe el color, porque ennegreſce el cuero, y haze el color cetrino y engendra paño, y apoſtemas, y bothor, haze cancer y lepra, opila higado, y baço, empero ſi ſe cueze en vinagre. Dize que deshaze opilaciones, engendra y multiplica melancholia, y dolor de cabeça. Cozida en azeyte ablanda el vientre, pero en vinagre le eſtriñe, empero Auerroes dize, que es materia de manjares, y que ſe guiſan con ella muy delicados mãjares, y q̃ cozidoſe en dos aguas, en el primero cozimiento cõ ſola agua, la qual ſe deue echar, y en el ſegundo cozimiento con agua y carnes ſe hazen mejores y mas guſtoſas. Y que anſi ſe haze vn

Auic.lib.2. tract.2.ca. 418.

Auc.y.colli

© Biblioteca Nacional de España

mantenimiento templado, porque por el primer cozimiento ſe quita ſu amargor y acrimonia. Por el ſegundo ſe tiempla ſu ſequedad, digo en el cozimiento que ſe haze con las carnes. De donde ſe pareſce quanto erro Laguna ſobre Dioſcorides diziendo. Que la verengena era fria y humida. Iuntamente con ſer calida y ſeca, es no poco eſtiptica, pero pierde eſta eſtipticidad con la carne. De donde ſe collige, que tiene ſuſtancia ignea y terreſtre, y por ende engendra grueſſo xugo y melancholico, corrigen ſe ſus vicios ſi ſe cueze con agraz y membrillos, y con el çumo de granadas agrias, o con vinagre. Finalmente las verengenas guiſadas con clauos, pimienta, y otras eſpecias calientes, ſe acreſcientan ſu acrimonia, y ſe hazen mas ſecas de lo que ſon. Pero con la ſalſa que ſe haze de moſtaza y vinagre ſe corrigen mejor. Sõ muy perniciоſas y mortales hechas en caçuela con pan y queſo y eſpecias calientes, porque fuera de que ſe hazen de grueſiſsimo xugo, y mas mordaces, detiene ſe en ellas ſu maligno vapor. Por ende ſe tornan de naturaleza de veneno. Empero que la verengena ſea la que los Arabes dizen

© Biblioteca Nacional de España

dizen Melongena, claramente se parece por sus dichos. Especial que Serapion hablando de la Melongena dixo. *Melongena fructus sunt oblongi medii inter rubedinem & nigredinem, & inueniuntur ex eis citrine & albæ.* Que quiere dezir. Las Melongenas son vnos fructos luengos medios entre negro y colorado, y hallan se dellas algunas como citrinas y blancas, la qual descripcion conuiene a nuestras verengenas propriſsimamente y mas abaxo dixo por authoridad de Rabbi Moyses que son buenas para los vomitos y ascos, y que son peores de quantas fructas ay.

Serap.

moyses.

De las fructas uerdes, y secas, de las de delgada, y de las de dura corteza.

CAP. XII.

COMO dize el summo y bienauenturado Pōtifice Gregorio. Cierto es cosa dura, que aquel que no sabe tener regla ni moderacion en su vida, se haga juez de la vida

da agena. Esto digo lo por muchos physicos que ay muy sabios y preminētes professores de la medicina, los quales, como si fuessen niños, cada dia vsan de muy malas frutas en mucha cātidad en su destruycion y gran peligro de sus personas, y quieren despues parescer muy conuenibles y acordados doctores para la salud de los otros. Emperoquiero aqui en este presente tractado hazer de reglado & moderado physico, y dezir, que anſi como las frutas humidas son desconuenibles y no pertenescientes a los que tienen complexion fria y flematica, mucho mas que a los colericos. Anſi de la misma manera deuemos dezir dlas frutas secas, las quales son mas conuenibles para los flematicos y humidos, que no para los secos y aridos. Lo mismo se deue entender del estomago, porque los que tienen frio y humido no son tanto offendidos de las frutas calientes y secas, quanto de las frias y humidas. Porque como dize Aristoteles en el libro de generacione y corrupcione, mas facil es el transito en las cosas que guardan entre si Symbolo, o semejança, porque mas presto se enciende el fuego en las cosas secas y ca-

Arist. lib. de gene. & cor

© Biblioteca Nacional de España
© Biblioteca Nacional de España

y calidas que no en las humidas: y anſi de la miſma manera, las fructas ſecas, como ſon las almendras, y las auellanas, y nuezes, las quales tienen vna vntuoſidad como de azeyte, facilmente ſe conuierten en eſtomago caliente en colera y humos, y porende no conuienen tanto a los colericos quanto a los frios y flematicos, como por el contrario. Las frutas humidas y recien maduras, mas conuenibles ſon a los colericos que a los flematicos. Y por eſſo dixo Auicena. *Conuerſio in genere proportionali, eſt facilior conuerſione ad contrariũ.* Quiere en ſumma dezir. Que mas aynaſe conuierte y muda vna coſa en ſu ſemejante, que no en ſu cõtrario, porque mas preſto ſe conuierte la fruta fria y humeda en flema, que no en colera en el eſtomago, de la miſma manera frio y humido. Y porende como ſe pareſce por autoridad de Iſac. Las frutas que ſon de duras y grueſſas y ſecas cortezas, ſon peores, que las frutas q̃ tienen blandas y tiernas cortezas, porq̃ la dureza y groſſeza de cortezas arguyen vna ſuſtancia grueſſa y terreſtre, dura de digeſtion, y preſta para ſe conuertir en humos en eſtomago vazio, y ſeco de complexiõ

Aui. 2. pri. c de ſignis cõplexio.

Iſa. die uni. cap. 25.

xion y en eſtomago lleno de manjares, y frio en ventoſidad y corrupciõ. Y deſpues mas abaxo dixo. Toda fruta que es de grueſſa y terreſtre corteza, naturalmente no careſce de ſuſtancia vntuoſa y azeytoſa, y la ſuſtãcia vntuoſa y azeytoſa, es muy facil, y preſta de ſu natural inclinacion, ha ſe conuertir en colera y corrupcion y humos y en generos de veneno, y porẽde concluyo conſecutiuamente. De las frutas las que tienen cortezas duras y ſecas ſon de peor nutrimento, como ſon las almendras, nuezes, auellanas, y otras muchas ſuertes de frutas de caxcara ſemejantes, en eſpecial ſi fueren ſilueſtres. Porque eſtas ſon mas ſecas y mas duras de digeſtion: Pues luego tambien ſe ſigue deſto, que quanto mas añexas fueren eſtas frutas ſecas, tanto mas ſon peores, porque mientras mas ſe añejan mas azeytoſas ſe hazẽ, como ſe ve claramẽte en las almendras y nuezes y piñones y alfocigos, que ſe dizen fiſticos, las quales frutas mientras mas ſe añexan, mas ſe paran ranciosas. Y porende en eſtomago caliente, ſon reputadas por muy peruerſas, anſi como las frutas humidas y frias, como ſon pepinos y melones, ſon ſoſpechoſas en eſtomagos

© Biblioteca Nacional de España
© Biblioteca Nacional de España

gos frios y humidos, y aun del todo se vedan. Y porende cada qual examine la cõplexion de su estomago, si es seca, o humeda para vsar de frutas secas, o humedas segun que su estomago lo requiere. Esto basta para en general para la consideracion de las frutas.

De las almendras, por razon de alimento.

CAP. XIII.

2. de alimẽ. c. 27.

DIZE el Galeno. Que las almendras totalmente carescen de qualidad estiptica, porque preualesce en ellas la qualidad de alimpiar y atenuar, por la qual se purgan las entrañas, ayudan arrancar los humores del pecho y pulmones, son buenas para ayudar a hazer camara, dan poco sustento al cuerpo, pero bueno. Las que son dulces son templadas en la calor y humidas, son de suaue sabor, tienen muchas y buenas propriedades, acrescientan la sustancia del celebro, hazen sueño suaue, alimpia las vias d̃ la vrina, son muy conuenibles para los que son enxutos y magros, por su mucha vntuosidad y azeyte se tornan rancios, y son tardas de digestion, son de dura y gruessa sustancia, no son dañosas al estomago: como lo son las nuezes, ni tan vntuosas, tardan se en el estomago, pero si se tomã con açucar desciendẽ cõ presteza: augmentan el esperma, e incitan a luxuria, comiendo se con la corteza de dentro conuienen al dolor de la boca, engordã, abren o pilaciones de higado, y baço y de las venas, alimpian el estomago. Con su leche se hazen las almẽdradas para las recien paridas y sin ella no se puede hazer el ordiate en este tiempo ni el farro, haze se con ella el manjar blanco a la postre dela mesa se ponen tostadas y son aprouadas. Las amargas no son para comer empero comidas ante de la beuida quita la embriaguez y esta comprouado por experiencia q̃ el q̃ comiere cinco almendras amargas ante de comer no se embriagara. Matan alos gatos y zorros si los dã el çumo y leche de estas almendras. To do esto dixeron Auerroes, Auicena, Plutarco, Cheroneo, Rasis. El qual dixo que eran calientes y humidas en primer gra-

Auer y col. Auic. 2. cã. cap. 58 Rasis. 3. almã. ca. 20.

© Biblioteca Nacional de España
© Biblioteca Nacional de España

do, y secas en el segundo, como lo dixo Auicena. Verdes antes que echen corteza, cozidas confortan las enzias, y refrescan el estomago.

De las auellanas, y de su nutrimento.

CAP. XIIII.

Rasis. 3. ad Almã c. 29. & 4. aphorism.

NTre Rasis, y Auicena se leuanta vna contradicion sobre las auellanas, porque el vno dixo que eran malas para el estomago y higado, y que engendran malos humores, y el otro que fue Auicena dixo, que eran amigas del estomago y de vltimada ayuda, y que eran muy buenas para todo genero de higados. Y finalmente que eran de buen nutrimẽto, a los quales no se halla salida, para auer los de concordar, sino que Rasis esta mal interpretado, y que en lo Aranigo, no se halla que dixesse tal, porque la sentencia del Auicena, es mas conforme a razon y concuerda mas con otros phyficos: a lo menos en quanto toca a que son de bueno y mucho nutrimento; porque son de gruessa substancia, como lo dixo Haliabbas en el quinto d su theorica, y Isac en sus particulares. Aunque Paulo dixo que eran menos conuenibles para el estomago que las nuezes. Y Aetio dixo que eran yguales a las nuezes, y despues de viejas ser muy desgraciadas en quanto a alimento. Finalmente como lo dize Auicena. La substancia gruessa de tierra de las auellanas, es mayor q̃ la terrestridad de las nuezes, porque son mas pesadas y macizas, y no tan azeytosas, y vntuosas, son de tarda digestion. La naturaleza y complexiõ de las quales tira a vna vntuosidad, y a vna poca de sequedad. Engendran se dellas cõ lera, y ay en ellas mas estriñimiento, que en las nuezes, engendran ventosidad en las tripas y dolor de cabeça, y si se comen cõ pimienta, maduran el romadizo. En fin con agua miel, son buenas para el pecho, o si se comen majadas con miel socorren a la tose antigua: ayudan a arrancar de los pulmones, son mas tardas de digestiõ que las nuezes, mueuen vomitõ por su vntuosidad, son buenas contra veneno, y contra mordeduras de animales ponçoñosos reptiles, esp-

Auic. 93. c. 20. & 21.

Hal. 5. The. cap. 19.
Isac. die pt. Paul. lib. 1. cap. 89.
Auic. 2. cã. cap. 43.

© Biblioteca Nacional de España
© Biblioteca Nacional de España

cial con higos y ruda, son mas vētosas si se comen sin mondar, Empero mondadas son mas faciles de digestion, socorrē muy presto a la tose si se assan con pimienta. Finalmente, como lo dixo Rasis. No son tan calientes como las nuezes, y segun dixo Haliabbas. Son calientes y secas con vna sequedad terrestre con poca vntuosidad. Y segun Isac en los particulares, son mas frias y estriñidas que las nuezes, son tardas de digestion. Y segun Plinio engordan tāto que no se puede creer. Tostadas son menos sanas: ay las de dos maneras: porque vnas son grandes y muy redondas y tienē el ollejo blanco llaman la sabinas. Otras son largas y tienen el hollejo de dētro colorado, đ q̄ estā medio maduras son muy gratas al paladar. Tienen en latin muchos nombres, vnos las llaman auellanæ, de aluellino lugar dela campania, y otros ponticas, porque ay gran abundancia en el ponto, y otros prænestinas. Y dize se que el año que ay grā cosecha dellas es año de muchas bodas: y por esso dizen que el auellano es dedicado a bodas.

Ibidem.

Hal. 5. the.

De las

De las castañas, y de su nutrimento y de su preparacion.

CAP. XV.

LAS castañas, segun Isac en sus particulares dietas, son calientes enel medio del primer grado, y secas en el segūdo. De la qual opiniō paresce auer sido Auicena. Pues dixo. *In castanea parum est caliditatis propter sui dulcedinem & in ipsa est absterssio & inflatio in uētre inferiore & stipticitas. &c.* En lo qual vino a dezir, que eran calientes por su dulçura y que tenian ventosidad y estipticidad, o estreñimiento, y por esso dixo, que se parecian ser calidas por su dulçura que tienen, y ser secas por su adstrictiō, o estiptidad, las quales en comparacion de las bellotas son mas faciles de digestion, y de mas nutrimento, y no son muy dañosas para la tose de flema, y no son muy estipticas, ni muy abridoras, pero no se deuen comer a menudo, porque dadas a comer muchas vezes, causan ventosidad y dolor de cabe

© Biblioteca Nacional de España

ça, por la difficultad de su digestion, y por el humo encerrado en su ventriculo. Empero quitar se han estos daños, y no seran mas estipticas, si se assan, porque se haran mas raras, las quales templaran la sequedad del pecho, especial si se echan en agua caliente hirviendo, porque se templara su complexion con la humidad y blandura de la agua, y por esso seran de buen mantenimiento. Empero los colericos deuen las comer con açucar, los flematicos con miel, detienen los vomitos y ascos, y con forta el estomago ayuno. Y por esso dixo Galeno, que las castañas son agradables y suaues y mejor se digieren, y no son de mal mantenimiento. Antes dixo mas abaxo. Los frutos que se toman de los arboles son quasi todos de mal xugo, y mantenimiento; excepto las castañas, porque si se digieren bien en el estomago, mantienen bien, y no son de mal nutrimento. Y en otra parte dixo, q̃ era vn grano el mas admirable de los granos, en tanto que se allega en bondad a la miga del pan. Conviene a la humidad del estomago, y a las disenterias o camaras de sangre. Empero en otro lugar dixo, q̃ cuedas son maligGale lib. de cacho.

Gale. lib. de alimen. facu.

nas, pero menos malas assadas, o cozidas. En conclusion para que no aya dubda en su mantenimiento, ni en su daño, se deuen comer despues de la cena, o comidacõ açucar, assadas, o cozidas, y en poca quantidad. Assi lo dixo largamente el Galeno porque si se comen en notable quantidad haran grandissimo daño en el estomago y cabeça, causaran regueldos malos y fumosos, corromperan la comida del estomago. Por su estipticidad, y ventosidad, y grosseza, y su dureza de digestiõ causan colica passion y piedra de riñones y vexiga opilaciones, Auerroes dixo, que erã frias y humidas en primero grado: y Haliabbas, que eran templadas en frialdad y humidad, y que dissoluien la difficultad de la vrina. Empero mas me allego al Auicena, e Isac, que mejor lo dixeron. Segun Plinio ay ocho maneras de castañas: empero communmente vnas llaman regoldanas que no se pueden facilmente mondar de su hollejo. Y otras se dizen enxertas porque se enxieren facilmente se mondã de su hollejo. Y estas son las mas loables y tiernas para mesas de señores a la postre suelen las secar y mondar y tostar al fueGale. lib. de euch. et cac.

Aue. 5. col. Hali. 5. the.

© Biblioteca Nacional de España
© Biblioteca Nacional de España

go, y llaman las opiladas cozidas cõ azeyte y agua y especias son en quaresma buen nutrimento suelen hazer de ellas harina y vsar la como pan en ayunos.

De las nuezes, y de su nutrimento.

CAP. XVI.

2. *de alimẽ.* COMO escriue el Galeno. La nuez es mas azeytosa que la auellana, participa vn poco de qualidad estiptica: la qual qualidad por discurso de tiempo se marchita, passandose su substancia en naturaleza de azeyte, por donde del todo se torna inutil, y inepta para comer. Y mas luego dixo, que las nuezes rezientes y humidas, son mas aptas para ablandar el vientre, y las secas menos. Sõ segun dize Auerroes, calientes y secas en el segundo grado, como lo dixo Auicena causan dolor de cabeça, son de difficil digestion, y malas para el estomago. Las rezientes y maduras son mejores para el estomago, y de menor daño, y no son desconuenibles, sino solamente al estomago cali

Auer. 2. coll. Auic. 2. ca. cap. 502.

caliente. Su comida frequente causa echar las lombrizes y gusanos: hazen perlesia en la lengua. Comidas en ayunas con higos y ruda, son atriaca contra veneno. De llas y cebollas assadas y sal se conficiona emplasto muy vtil contra la mordedura de perro rauioso, y de otros animales. Las rezientes tienen poco calor y mucha humidad, y tienẽ poca vntuosidad y mucha austeridad y mientras mas añejas, se hazẽ mas vntuosas y azeytosas: porẽde no son de comer. Las que mas se allegan a las reziẽtes son mejores, las que mas añejas peores, porque se tornã mas azeytosas, y por ende son mas dañosas al estomago, pues se consume mas su humidad, y crece su vntuosidad, como lo dixo Isac en sus dietas particulares. Conuierten se facilmente en colera, especial las añejas: porque su azeyte se enciende en el estomago colerico. No son de tanto nutrimento como las auellanas, porque son mas raras y huecas, y tienen mas azeyte y vntuosidad. Porende son muy contrarias a las hebras y contextura del estomago, pues le relaxan, sino es quando el estomago fuere templado en calor y frio, porque en tal estomago son

Isa. die. par.

© Biblioteca Nacional de España
© Biblioteca Nacional de España

buen mantenimiento, empero muy malo en el caliẽte, como hemos dicho, porq̃ causan en el vstiõ, y se tornã colera y leuantã humos, por donde viene dolor de cabeça, quitase les este daño si las mudã, y ponẽ toda vna noche a remojo en agua caliẽte, porq̃ ansi recibẽ humidad de la agua, y se hazen como verdes. Son dañosas para la tose. Y si se comen con vinagre se corrige su malicia: las verdes en conserua de miel y especias, y cosas aromaticas, son vtiles para el estomago, y consumen sus humidades, y son calientes y secas por sus especias. Concluymos desto q̃ son malas para los de complexion caliente, y que con mas seguridad las pueden comer los viejos y flematicos, en especial en tiempo de inuierno. Son remedio medicinal para la comida de los pesces porque consumen sus viscosidades y flemas y tienen occulta propriedad contra pescados y ponçoña, mitigan la acrimonia de los ajos y cebollas.

De los piñones.

CAP

CAP. XVII.

LAS piñas que lleuan los piñones, son de dos manjares, porque son vnas de piñones grandes, y otras de pequeños, a las de los pequeños llaman algunos physicos, machos porque son mas calientes, y secos, y mas medicinales. Tienen el grano triangular, y de mas dura corteza, y el meollo mas agudo. A las de los granos grandes llaman feminas, y son de mas nutrimento que las delos pequeños. En fin los piñones tienen grueso y loable nutrimento. Son vtiles a los que tienen collegida materia en los pulmones, a los asmaticos de antigua tose, y para el tremor, acrescientan el esperma. Son templados en calor y frialdad, y augmentan la humidad, maduran, ablandan, resueluen, especialmente los recientes. Son de substancia de resina y porende muerden el estomago, sino se infunden primero en agua, y entonces son mejores, y mas gratos al estomago. Los calientes de complexion coman los con açucar, y los frios

cõ

© Biblioteca Nacional de España
© Biblioteca Nacional de España

con miel, limpian las superfluydades de riñones y vexiga, y confortan estos miembros. Y tiemplan la sequia: como lo dixeron, Plinio, y Dioscorides, y dize Rasis. Que tiene sus granos admirable propriedad en pecho y riñones, y q̃ abren las opilaciones de las venas, y ansi los piñones grandes, como los pequeños, son calientes en fin del segundo grado, y secos en principio del primero, con todo esso por la substancia de agua que tienen, participan de humidad. Y por esso dixo Rasis, q̃ que erã calientes y humedos, son dañosos para los colericos, y calientes de complexion. Por lo qual, como vn hombre ya viejo colerico, casado con vna muger moça, quisiesse acrecentar el apetito de engendrar, y oviesse oydo dezir que los piñones acrecentauan el esperma, y incitauan a luxuria, empeço a vsar dellos en mucha copia continuamente, de lo qual se le empeçaron a acrecentar muchos humores colericos, y empeçose a encender tanto, que a breues dias murio de vna fiebre muy aguda. Lo sobredicho affirmo Auicena, y Auerroes en el quinto de su colliget, y Isac, en las dietas particulares. Menesiteo dixo,

Ra. 3 ad al. cap. 20.

Ra. 4. aph.

Auic. 2. can. cap. 108

© Biblioteca Nacional de España

xo, que engordan y porende se dan a los ptyficos.

De los alphocigos, que se dizen en latin fistici, y pistacie, y de su nutrimento.

CAP. XVIII.

EN la complexion de los alfocigos se adelanto demasiadamente Auicena diziendo, q̃ los alfocigos erã de mas fuerte calor que las nuezes y almendras, y que eran calientes en fin del segundo grado con alguna humidad. Empero Haliab. dixo, q̃ eran tẽpladas en calor y humidad. Isac quiso, q̃ fuessen caliẽtes en medio del segũdo grado y secos. Lo qual paresce mas cõforme al Gal. pues dixo q̃ participauan de qualidad, amarga, y estiptica, aromatizante, y porende son cõfortatiuos del higado, y abrẽ los caños del nutrimento y manjar, y las cõstipaciones, alimpiã pecho, y el pulmon, y beuidos cõ vino, son vtiles contra ponçoña. Y por esso dixo Auerroes, que eran calientes y secos templadamente, y que a tota sustancia, confortan el higado y estomago, abrẽ opila

Auic. 2. cã. cap. 276.

Hal. 5. theo. cap. 19

Gal. 2. d̃ ali. cap. 28

Aue. 5. col.

© Biblioteca Nacional de España

opilaciones d higado y venas, y ni estriñen ni ablandan el vientre, prohibe los asos del estomago, y confortan su orificio, son de poco nutrimento. Y dixo Paulo que en librar la opilacion del higado eran de mas poder que las almendras. En fin como dize Plinio tienē los mismos effectos que los piñones y dize que el primero q los truxo a España fue flaco Pompeyo.

Paul. lib. 1 cap. 81

De los datiles, que se dizē en Latin Palmule y Phenices, y de sus especies y qualidades en quanto alimento y de los palmitos.

CAP. XIX.

LOS datiles, segun Galeno, son en dos maneras. Vnos son estreñidos y secos, que se dizen Aegypcios. Otros blandos, y humidos y dulces, que en Griego dizen Cariotes, a los quales llama el Serapion Rorab. Y dize que estos por su dulçura los llaman Zucharinos, quiere dezir, de sabor de açucar. Y dize, que estos son menos calientes, y que ablandan el vientre, y son lentiuos, y re

2 de Alim.

y rectifican el estomago. Finalmente son vn genero de datiles que traen de Berberia, que en nuestro comun hablar se dizē Tamares, son menores que los datiles cōmunes, y son mas blandos, y mas dulces, y tiernos. Ansi los vnos como los otros son calientes y humidos en segundo grado, como lo dixo Hac. Engendran gruessa sangre, son difficiles de digestion, y cō todo esso son mas digestibles que los higos passados, y mas abridores. Pero a los que vsan dellos les acontesce opilacion, y constipacion, y tumor en higado y baço. Son dañosos para los dientes y enzias, porque las relaxan: y porende conuiene que despues de comer los, se laue las enzias con algun lauatorio mundificatiuo. Crian almorranas, crian apostema en el higado, como lo dixo Haliabbas, causan dolor en el estomago y cabeça. Finalmente engendrā vn grueso mantenimiēto viscoso y algo vntuoso, opilan higado y baço, y offenden los, son dañosos para el estomago caliente, y hazen squinancia, como lo dixo el Serapiō en el capitulo Rorab, por autoridad de Rasis: y como dize el Galeno. Todos son de difficil digestion, dan dolor

Isac in part.

Hal. 5. theo. cap. 19.

Galen. 1. de ali. c. 24.

© Biblioteca Nacional de España
© Biblioteca Nacional de España

dolor de cabeça, si como el dize se toman en abundancia. Lo mismo dixo Paulo, empero segun en las regiones que nacen, hazen diuersas operaciones, porque los de tierras calientes, son de menos nutrimento, y muy dulces, y viscosos, presto se digeren y humedescen el vientre, y constipã y opilan mas el higado y baço que los demas, y daña mas la cabeça. Los de tierras frias mantienen menos que todos, y por su indigestion, y crudeza decienden tarde del estomago, y por su estreñimiẽto duran mas empero confortan el estomago mas que ningunos: los que son de tierras medianas en frio y calor, aũque esten perfectamente maduros no se pueden conseruar, porque les falta sequedad por causa de humor superfluo, del qual hinchen todo el cuerpo y causan humores crudos q̃ son materia de fiebres cronicas, y de dias y de ciciones, y calenturas, difficiles de quitarse. Estos vicios tienen mucho mas los verdes y rezientes, que los curados y añejos. Comen se tambien los meollos de las palmas que llamamos palmitos, y en otras partes celebros, porque sacado este meollo, se seca el arbol, empero aunque

Paul. lib. cap. 81.

son

son suaues, hieren la cabeça y dañan la.

De las cerezas y guindas.

CAP. XX.

Aleno, haze mencion de dos especies de cerezas: vnas dize que son como las moras sin ninguna adstricion, y dize, que son como las çarçamoras, y poren deno trata dellas cosa alguna, sino que las remite al capitulo de las moras y çarçamoras. Empero Serapion haze mencion de tres especies, vnas dize que son dulces, y otras ponticas estreñidas, y otras azedas. Las dulces dize que desciẽden presto del estomago, y son poco vtiles para el, a estas llamamos propriamẽte cerezas. Las estreñidas que tambien se dizen ponticas, o austeras, es vna suerte de guidas, que metidas en la boca luego dã dentera. Estas son demasiadamente agrias y asperas, son mas vtiles al estomago que las cerezas, porq̃ estriñen el vientre, y las otras le relaxã, y por esso son contrarias a ellas. La tercera especie dellas, que son las azedas, son las

Gal. 2. de ali. ment.

Serapi.

Kk guin-

guindas comunes, estas desecan mas que las ponticas, y son inscisiuas, son vtiles al estomago flematico lleno de superfluydades, porque las cortã y desecan, mas que las segundas, que se dizẽ ponticas por su mucho estipticidad, porque como dize Rasis. El sabor azedo mas deseca, que el põtico y estreñido, y ansi cõpara las guindas a las granadas agrias. No se halla entre los autores la complexion de cerezas, y guindas. El autor de corono florida, dize, que las cerezas son frias y humidas, y mas humidas que frias. Empero si te toma el paresçer del gusto, declinã vn poco a calor, paresçese por su dulçura. Empero ton de mas humidad superflua pues vemos que muy presto se corrompen y podrecẽ. Las guindas son frias y secas, y algo adstringentes: digo las comunes y ordinarias, porq̃ las silueſtres q̃ son las põticas, son muy estreñidas ansi las vnas, como las otras se deuen comer para refrescar antes de los manjares. Cuentã se en esta tercera differencia de guindas las que dizen garrouales estas son negras y tambien estreñidas, y son mayores que las communes, llama las Plinio duracinas suelen se hazer tã gran

Raſ 13. cõ. cap. 67.

grandes como las de mas cenas o endrinas maduran muy tarde y son muy preciadas tienen vn sabor vinoso muy gracioso no son tan secas como las communes, si se comen en ayunas, con el rocio dizen, que desatan tanto el estomago, que quitan la gota.

De las moras, y de su naturaleza en quanto a mantenimiento.

CAP. XXI.

AS moras se deuen considerar en dos maneras, o quando no estan bien maduras, o quando estan biẽ y perfectamente maduras. Las que no estan bien maduras, que son las azedas, son frias y secas como lo dize Isac en sus particulares, tienen facultad de estreñir y confortar el estomago y vientre, y porende valen contra dissenteria y camaras, especial si despues desecadas al sol las dan hechas poluos principalmente conuienen a camaras colericas. Las maduras perfectamente q̃

Isac. in dic. particu.

Kk 2 son

© Biblioteca Nacional de España
© Biblioteca Nacional de España

son dulces, declinan a calor y humidad, y mucho mas a humidad. Estas si presto se despiden del estomago, relaxan el vientre, y mueuen vrina, empero si hallan algun manjar enel estomago, y se detienen con el tal manjar, conuiertēse en corrupcion, y hazen daño al estamago y ala cabeça, Empero si se toman estando el estomago vazio de manjares, entonces bien se digieren, pero mantienen poco, y refrescadas en nieue, o en agua fria, enfrian demasiado, quitan la sequia, y amatan el encendimiento dela calentura, segun Rasis, son templadamente calientes y hazen hastio en el estomago: pero las azedas por madurar, restriñen la sangre con gran vehemencia, y las bien maduras comidas en ayunas decienden presto del estomago, y desembaraçan el vientre y tripas, para q̄ entren los otros manjares. Y si tomadas en ayunas no decienden, sino que se detienen humedecen, y no resfrian, sino fuesse que se comiessen resfriadas en nieue, o agua. Finalmente comiendose en ayunas, descienden presto del estomago, prouocan a vrina, engendran buen humor. Empero, si aū q̄ se tomen en ayunas, hallan en el estomago

Galenus. Dioscori.

Rasis 3 ad Almansor.

go alguna superfluydad fria y flemmatica, engendrā ruyn humor, y presto se corrompen, Son vtiles al estomago colerico y caliente. La causa de descendir presto del estomago, es su mucha humidad mezclada con azedia. Como lo dixo Auicena el qual las comparo a los higos, Aprouechan tanto a los gotosos, que dixo Atheneo, por authoridad de Pythermo historiador que en su tierra vuo tan gran peste de gota, porque en veynte años no se cogieron moras, que hasta las ouejas la padecieron, y no solamente todo estado de hombres.

Auic. 2. canō

De las çarçamoras y de las fresas.

CAP. XXII.

LAs moras que nascen en las çarças las quales porende llamamos çarçamoras deuen se dexar a las aues, son de poco nutrimento, y solamēte se deuen comer por el buen olor que dexan en la boca, piensan ser la fructa del arbol que llamo Dioscorides Rubusidea son de su

© Biblioteca Nacional de España
© Biblioteca Nacional de España

naturaleza calientes y humedas en primer grado, ablandan el vientre si se comẽ al principio, las fresas nascen de vna mata pequeña, que paresce al pentaphilon, que nosotros llamamos cinco en hoja, porque es semejante a esta yerua, llaman se en latin flagra, nascen como la flor de la mançanilla y despues aquella cabeçuela se viene a madurar y hazer fructa: nacen al principio del estio juntamente con las cerezas, es fructa de mugeres suelen las cozer en leche y echar las vn poluo de açucar y son ansi suaues, otros los echan vn rocio de vino y açucar, y son mejores de esta manera. Otros las comen como las traen de los huertos, tienen cierto sabor muy donzel, y suaue, y aunque nascen extendidas por tierra no seles pega ponçoña de los animalejos y garrapatas y lagartos, ni escuerços, ni alguno por comer las le vino daño de ponçoña, ni de peste, hase de comer al principio de los manjares, y no despues, como muchos lo acostumbrã, porque como ablandan el vientre y refrescan, y humedezcan, harian daño a la digestion de los manjares, por su frescura y humedad, son buenas para los colericos, para los que tienen el estomago caluroso, mitigan la sequia han se de comer en poca quantidad, porque se corrompen facilmẽte en el estomago: tienen cierto xugo vinoso con vn poco de estriñimiento, y vn suaue olor. En fin mantienen muy poco, y no ay para que encomendar las mucho, pues luego vienen las cerezas y guindas.

De los higos rezientes y de su naturaleza en uia de nutrimento.

CAP. XXIII.

LAS higueras suelen lleuar dos fructos, y en algunas partes tres, Dizẽ algunos, que las primeras higueras fueron en Sicilia, sembradas por los Titanes gigantes, porque Oxilon engendro en su hermana Hamadriada la higuera. En fin como lo dize Paulo Aegineta, Los higos y las vuas tienẽ principal alabãça entre las fructas del otoño, porque su xugo es de menor malicia, y mantienen mas, empero los higos *lib.1.c.8.*

© Biblioteca Nacional de España
© Biblioteca Nacional de España

son de mejor jugo que las vuas. Y dixo el Geleno, que el higo verde en el estio, y el passado en inuierno, tienen el primado: *Gal. 5. de sa ni tuend.* Enfin mantienen mas, relaxan el vientre y mueuen vrina, purgan los riñones, especial los higos que estan bien maduros, entre los quales dize Auicena, que es mejor *Aui. 2. canõ c. 283.* el blanco, despues el colorado, despues el negro. Empero si el negro es grande y redondo, que llaman godon, o donigal, tiene tãto primado como el blãco. Enfin los peores higos son los sylueſtres de tierras no labradas. Y mientras mas perfectamente estouierẽ maduros, mas son mejores, y mas adelantados para no dañar, son humidos, y vn poco calientes, o como lo dize Aliabbas. Son calientes en primer grado, y humidos en segundo. Prosiguio Auicena diziendo. Tienen mucho de naturaleza de agua. *5. theo.* Y mas dixo, que eran de mas nutrimento que todas las fructas, y que si fructa auia que no dañasse eran ellos, especial si estauan muy maduros, y que hazẽ sudar y expellẽ las superfluydades al cuero, y que mitigan la sed, y amatan el calor por su aguosidad, y que son malos para el estomago, pero buenos para los riñones y y ve-

y vexiga. Lo qual affirmo Galeno, en el 2. de Aliment. adõde dixo. Que con todo esso erã dañosos para la inflamaciõ de baço y higado, hinchen de ventosidad, y son *Ga. 2. de ali.* lenitiuos, y no engendran mal humor. Dizen algunos que causan sarna y comezon, y piojos. Comidos a medio dia, o ensiesta causan calẽturas y enfermedades: son muy sanos comidos en ensalada los higos de tierras frias son muy dañosos y maduran muy tarde, hizieron mal ala salud de muchos. En fin dixo Galeno, que no pudieron del todo huyr alguna malicia por ser fruta de otoño. Engordan mucho ellos y las vuas lo qual se paresce en las guardas de las viñas, porque en espacio de dos meses que maduran las frutas, se paran bien gordos de comer higos y vuas, y interpuniendo poco pan. Empero la gordura q̃ dan no es maciça, como la q̃ dan las carnes, sino vna gordura laxa y vana, y sophistica, la qual como presto se causa, presto se ensuelue y deshaze. Isac, considero al higo en tres maneras, en la corteza, en la se- *Isac. die uni uers. c. 26.* milla, en la carne. Y dixo, que su semilla era como tierra, o arena sin ningun nutrimento, y que su corteza es seca como cue

© Biblioteca Nacional de España
© Biblioteca Nacional de España

ro, y porende dura de digestion. Empero que su carne es de bueno y mucho alimento y que relaxa el vientre. Esto todo se entiende de los higos rezientes bien maduros, porque de los passados que se dizen carice, haremos por si capitulo, los primeros higos del verano que dezimos brebas segun Hyppocrates son muy dañosos por que son de mucho xugo superfluo parece se porque luego se corrompen y ahilan deuen se comer pocos y recien cogidos.

Hippo. lib. 2. de dieta.

De los higos passados, y de su nutrimento.

CAP. XXIIII

Auic 2. can. c. 283.

EL higo passado, segun dize Auicena, es caliẽte en primer grado y subtil, o como dize Isac en sus particulares, seco en medio del primer grado, es como dize el Auice. en sus effectos loable aunque dize q̃ no engendra buena sangre, sino es comiendose con nuezes, o con almendras, porque ansi se haze buen mãtenimiento, y mejor con nuezes que con almendras; Mundifica y alimpia con vehemencia, madura y resuelue. Y el higo que fuere de mas carne, mejor madura los carbunclos, su cozimiento es vtil para las las apostemas de la garganta, empero daña a las apostemas de higado, y baço. Por su dulcedumbre es conuenible para el pecho y cañas de los pulmones, y para tos es antiguas, y no es malo para el estomago, como el verde, antes le alimpia de sus superfluydades si se come en ayunas. Es admirable para abrir las vias y cãos por do va el mantenimiento, es en su substancia subtil, y tiene virtud de cortar y diuidir, calienta y haze sequia y conuierte se en colera. Empero mantiene mas que otra qualquiera fruta, y tiene menos ventosidad: y si se topa en el estomago con humores superfluos: haze se duro de digestion, y corrompe se, y engendra ventosidades y mala sangre. Pero si por el contrario halla en el estomago buenos humores y loables, digere se facilmente, haze buena sangre, y alimpia el cuerpo de malos humores, prouoca a vrina, alimpia los pulmones y riñones, y la vexiga sino esta vlcerada: porque si esta vlcerada, sera malo para ella, y para qualquier miẽbro vlcerado, por la leche que

Auic 2. can. c. 283.

© Biblioteca Nacional de España
© Biblioteca Nacional de España

que en si tiene occultamente, como lo affirmo Auicena, No es libre de ventosidad y si se come con manjares grueſſos, haze mucho daño, y engendra muy grueſſo humor, y porende se deue comer en ayunas, el que fuere flematico, coma despues de los higos, pimienta, alcaraueа, y cominos. El colerico çumo de granadas agrias si se cueze con el hyssopo, quita la antigua toſe, y alimpia el pecho, es conglutinatiuo, cõuiene a asma, e hydropesia, relaxa el vientre: Y aunque conuiene al corrimiẽto del pecho, empero no al del estomago y tripas, como lo dixo Rasis. Finalmente como lo dixo el Galeno, Hazese de buen mantenimiento si se come con nuezes, o con almendras antes de otro manjar en ayunas, y en poca quantidad. Por esso dixo Horacio. *Et nux ornabat mensas cum duplice ſicu.* Son muy loados los de Murcia en España, y los de Marsella en Francia, y los de Genoua, porque son grueſſos y muy anchos.

Auic. 7. 3. tract. c. 12.

Rasis. 21. cont. c. 175. Gal. lib. de bono & malo ſuco Horatio.

De las uuas y su naturaleza en quanto a su nutrimento.

CAP.

© Biblioteca Nacional de España

CAP. XXV

Las vuas se consideran de muchas maneras: en quãto a su sustancia, en quanto a su color, en quanto a su sabor, en quanto a sus partes, en quanto a la ora de su collecion, o de quando se cogieron, en quanto a su maduracion. Si se consideran en quanto a su sustancia. Digo segun Isac. Y segun Galeno que las vuas de mucha carne y poco xugo, son de mas nutrimento, y mas duras, las de mucho xugo y poca carne, no son de tanto nutrimento, pero tienen le mas loable, y son mas faciles de digestiõ. Y porende las vuas q̃ dizen aluillas, o verdejas, son de mas loable mantenimiento, y mas faciles de digerir, que las jaenes, o negras, pero no de tanto nutrimento, si se consideran en quanto a su sabor, porq̃ las que son de vn grueſſo y dulce sabor, son mas caliẽtes: y porende mueuẽ mayor sequia y engendran grueſſo humor, digeren se con mas difficultad, hazen ventosidad y ruydo en las tripas, y opilaciones en baço y higa

Isa. di. uni. c. 27. Gal. 2. de ali.

© Biblioteca Nacional de España

higado. Las que tienen el sabor dulce y delgado, son tàbien calientes y humidas, y de mas facil de digestion, y ablandan el viẽtre, como lo dixo Galeno. Y dixo mas, que las que son asperas al gusto, azedas, austeras, quales son las vuas de los parrales y viñas por labrar, son de mas frio xugo, y por ende son dañosas, no solo en no ablandar el vientre, empero en dar poco nutrimento, y ser tardas en penetrar. Las de vn sabor como de agua y subtil, tienen vn çumo frio, y mas facil de digerir confortatiuo de estomago, y que amata la sed conuienen a los que son de complexiones templadas, y hazen salir la colera. Tales son las vuas llamadas verdejas, y torrontes, y quanto al calor dixo Auicena, q̃ la vua blanca es mas loable que la negra. *Ceteris paribus.* Porque como dize Isac en los lugares acotados. La blanca mantiene cõ presteza, digerese con facilidad, conforta el estomago, prouoca a vrina. Empero la vua negra es difficil de digestion, conforta el estomago, no prouoca vrina. Empero si bien se digiere da mucho nutrimento, sacadas las que dizen Castellanas, que se digieren presto y ablandan. Las vuas roxas

Auic. 2. can. c. 731.

© Biblioteca Nacional de España

xas y coloradas, tienen el medio, porque ni son tan faciles de digestion, como las blancas llamadas aluillas, y verdejas, ni tan difficiles como las negras, dixe aluillas, porque las blancas llamadas jaenes, son difficiles y duras, mas que las roxas, llamadas arixes, y mas q̃ algunas negras. Si se consideran en quanto a sus partes y qualidades, digo con Auicena en el lugar alegado: que la corteza dela vua es de buẽ nutrimento, y que conforta mucho el cuerpo, y que es semejante al nutrimento del higo, y que las vuas que tienen la corteza o hollejo subtil descienden con mas presteza, y son menos ventosas, las que tienẽ el hollejo grueso son al contrario. Finalmente, como dixo Aliabbas. Las vuas que son de delgado hollejo, y de mucho xugo aguoso, son mas loables: y dixo, Que el hollejo de las vuas, y sus granillos detienẽ la digestiõ, y el descenso abaxo: y q̃ porẽde quãdo se comen se deuen echar de la boca. Si se consideran en quãto a su colectiõ se deue dezir conforme al Auicena en el lugar alegado, que las vuas cogidas de dos o tres dias, son mejores, que las que se cogen luego en la hora, porque las luego

Halia. theo.

© Biblioteca Nacional de España

cogidas son muy ventosas, y que las vuas colgadas quando no estan desecadas, sino arrugadas, son las mejores, estas son las del inuierno. Porque las que allegan al verano, ya son inutiles, y sin prouecho. Dixe q̃ eran mejores las colgadas que no estan secas sino algo arrugadas, porque no tienen ya ventosidad, y se consumio su superflua humidad, y porende quedaron perfectas si se consideran en quanto a la maduracio̅ claro esta, que las mas maduras son mas sanas: y por esta misma razon las colgadas son mas sanas que ningunas, si se colgaro̅ maduras, como lo affirmo el Gale. Pues luego escojanse las mejores y echense de la boca sus hollejos. Conseruanse colgadas adonde ay graneros, porque co̅ el poluo se detienen. Y si les ponen pez en el pezon quando estan en la vid, se conseruan todo el año. Tambien se conseruan en hollas nueuas atapadas, y metidas en mosto: y guardan su verdor, pero son muy dañosas a la cabeça.

Gal. libr. de euch. cach.

De *las passas y su nutrimento.*

CAP. XXVI.

DIZE

DIZE Galeno en el de co̅positione secūdum locos, *pos. l.* que la passa tiene vna seme jança substancial con el higado, y que porende le co̅forta. Y por esso dixo Aui cena. La vua passada, es amiga del higado, y del estomago, es buena para el dolor de las tripas, conuiene a renes y vexiga. Lo mismo dixo Rasis. Finalmente como sea o dulce, o austera. La dulce es caliente y humida mas que la austera, y es media en ablandar y apretar, la qual si halla malos humores los tiempla, o aplaca las vascas y mordicaciones del estomago mitiga, la tose, vale al ardor del pecho y pulmon, alimpia los riñones y vexiga. Y dize Isac cōtra todos los de mas, que es dañosa al higado y baço, que tienen xugos gruessos. Empero, que la austera no mantiene tanto como la dulce mas tiene menos, y es mas fria q̃ la dulce, y menos humida, especial si es blanca: y porende conforta el estomago, y amata el calor, aprieta el vientre. Y dixo mas que la passa sin granillos es vtil al pecho y pulmones y riñones. Empero que daña al higado y baço si tiene dureza. Pero

Gal. 8. de cō positione *Auic. 2. cā. cap. 231. Rasis. 4, aphor.*

© Biblioteca Nacional de España
© Biblioteca Nacional de España

que comida con sus granillos, conforta al estomago y higado, y baço: especial si tiene agro, y poca carne y granillos grãdes. En fin como lo dize el Galeno. Las austeras passas son frias en su complexion, como las dulces son calientes, y que las austeras, confortan el estomago, y aprietan el vientre. Tienen gran primado las de España y las de Damasco las quales tienen vnos granillos grãdes y firmes y essas son muy suaues. Empero las que dizen de Corinthio lleuan el primado, son chicas y sin orujo son de gran suauidad y sabor, final mente segun que fueren las vuas seran las passas que hazen de ellas.

Galen. 2. de alimen.

De las ciruelas, y sus propriedades para las comer

CAP. XXVII.

DIoscorides en el libro primero dixo que las ciruelas damascenas restreñian el vientre, en lo qual no solamente parece auer contradicho al Galeno. Empero a todos los de mas, especial a Paulo Aegineta pues hablando dellas

llas dixo, q̃ agora crudas, agora cozidas, relaxan el vientre. Lo qual prouiene como lo dixo Isac por razõ de su viscosidad y humidad. Ay muchas differencias dellas: empero todas se reduzen en dos, en ciruelas blancas, y en ciruelas negras, entrambas quando estan maduras, son frias y humidas, como lo testifica bien Auerroes. Frias en el principio del segũdo grado, y humidas en fin del tercero, como lo dize Auicena. Las vnas y las otras mantienen poco. Las que son blancas (debaxo de las quales se entienden las de monje, las çaragocis, las redondas que dizen de cebolla, y otras amarillas, largas y chicas, y otras que dizẽ de san miguel, porque maduran por aquel tiempo segun) Isac. Son difficiles de digestiõ, dañosas para el estomago, relaxan poco las quales no se deuẽ comer sino quando estan bien maduras y grandes, con todo esso no pierden su malicia. Las negras, debaxo de las quales entran las damacenas, endrinas, en comun si estan biẽ maduras, son dulces menos frias que las blancas, humedescen el vientre, y relaxan le, echan fuera la colera, pero si se vsan mucho dañan al estomago. Las que

Auer. 5. col.

Auic. 2. cã. cap. 536.

Isac. dic. 5t.

© Biblioteca Nacional de España
© Biblioteca Nacional de España

son por madurar duras, austeras, verdes, son muy dañosas, no mantienen, fatigan el estomago. Las coloradas que llaman chauacanas, son mas frias y humidas que las negras, y no tanto como las blancas, ni, tan difficiles. Las mejores ciruelas de todas, son como digo las negras đ mucha carne, de sutil corteza, agras, y austeras vn poco, y que se comã ante de los de mas manjares, y esto ha de ser comun entre todo genero de ciruelas. Porq̃ no dañen, de uẽbeuer tras ellas vino añejo, oaloxa Esto deuen hazer los frios de estomago, y flematicos, porq̃ los colericos y calidos de complexion, no tienen para que. Sõ muy corruptiuas, y segun el Galeno. No se de ue luego tras ellas comer otro mãjar, por que lo lleuan luego tras si. Enfin son mejores las damacenas, y despues las endrinas.

Gal. 2. alim.

De las mançanas y su naturaleza en mantener.

CAP. XXVIII.

Entra

NTre las mançanas tambiẽ ay muchas differencias, pues vnas son dulces que declinan a calor, y son de tẽplada humidad. A estas llama el Auicena Alcemia, que son las camuesas, y tienen ventosidad alguna, empero como dize Isac, tienen naturaza de agua, y porende son apte dominio frias: y dize que son buenas para confortar el estomago, y refrescarle, y que son malas para las camaras de colera, llamanse capendula y melimella: porque tienẽ vn sabor dulce como miel. Sõđ muy buen sabor y olor su corteza echada en las brasas causa vn olor muy confortatiuo y esantidoto contra pestilencia: y echadas entre la ropa causan en ella buen olor y preseruan de polilla. Tienen diuersos colores porq̃ vnas son coloradas, otras blancas, otras amarillas y roxas: ay otras mançanas redondas, son de arboles que crescen poco y se dizen peros de eneldo: Las quales dizẽ auerse traydo de Egypto. Son dulces y estreñidas y porende vtiles al estomago dizense Epiroticas. Ay otras que son muy aguanosas y desabridas, y

© Biblioteca Nacional de España
© Biblioteca Nacional de España

estas son peores que todas, y son de complexion frias y humidas, ni tienen dulçura ni agrura, engendran gruessos y flematicos humores, y no confortan el estomago, porque no tienen estipticidad, como lo dixo Auicena, quales son las del verano y las inuernizas, no tienen nutrimento. Ay otras que son austeras y azedas, cuya sustancia es de tierras frias y secas, con nenibles para estomagos calientes, y humidos. Las quales aunque confortan el estomago y tripas, engendran gruesso y duro humor, son difficiles de digestion, son tardas de passar por las venas, causan ventosidad, dañan los neruios. Empero assadas son mucho mejores comidas antes y despues de los manjares: porque assi cõfortan el estomago y echan lo malo y nociuo del, todas tienen virtud de confortar los miembros principales en especial el coraçon, y por su olor, confortan el celebro con su grueso humor dañan la segũda y tercera digestion, y dizen los sabios Auenzoar, y Auerroes, que pueden engẽdrar ptisica, porque su ventosidad es de tan maligna naturaleza, que caua y ara las arterias de los pulmones. Y ha se hallado por

cã. c. 564.

Aue 5. col.

por experiencia en algunas personas que de solo olor les han venido en fluxo de sangre de narizes como lo tray Bruyero en lo de recibaria. En conclusion confortã el coraçon y estomago, y si se assan pierden todos sus daños. Las que son por madurar, son duras como madera, dan dolor de estomago, son causa de engendrar fiebres largas, indissolubles, su çumo no passa por las venas, tienen mala naturaleza, contra los neruios. Ay dos differẽcias de estas azedas austeras, mas son grandes, y coloradas, que se dizen de Naxara, Otras pequeñas que se dizen rumis. Estas maduran mas presto. Comen las a medio madurar las mugeres, y los niños: porende causan dolencias incurables, beuã tras ellas vino puro en poca cantidad, y maxquen lignaloe los que fueren flematicos. Ay otras que se dizen peros, llaman los en latin melapia, porque son largas como peras: no son de tãta malicia como las otras mançanas azedas.

De las peras, y sus propriedades en quanto nutrimento.

© Biblioteca Nacional de España
© Biblioteca Nacional de España

CAP. XXIX.

LAS peras, como lo testifica el Galeno. No son de vna complexiõ, ni yguales: porque vnas son como de naturaleza de tierra duras y austeras y estreñidas, otras son đ naturaleza de agua dulces. Lo mismo dixo Auice. diziendo. En las peras ay naturaleza de tierra y de agua. Finalmente, vnas son austeras que se dizen estreñidas, otras dulces, otras desabridas. Las austeras, o estreñidas q̃ son las siluestres, o las por madurar pues ansi vnas como otras son estreñidas son frias y secas, como lo dize Auer. son duras, gruessas, terrestres, cõpuestas de substãcia aerea y terrestre. Estas no son vtiles ni de buen sabor, mantienen poco y no tanto como las dulces, prouocan a hazer camara, y confortan las tripas y estomago si se toman despues de los manjares, detienen el vomito de colera, pero por su aspereza y austeridad dañan a los neruios del estomago, por lo qual es menester buscar ingenio para que se paren blandas y pierdan su

Auic. 2. can. rap. 540.

Auer. 5 coll.

su aspereza. Conuiene a saber, que se cuezgan, o se pongan colgadas al vapor de la agua que hierue, o se embueluan en massa, o estopas y se assen, o se echen hechas pedaços en miel. Empero si estan bien maduras no son tan frias y secas, engendran en el estomago loable humor, y mejor q̃ los membrillos, como lo dize Isac en sus particulares. Si en ayunas se toman, especial las por madurar, engendran passion, colica, si se comen hasta hartar, y son dañosas al estomago, como lo dixo Dioscorides, no tomandose por via de medicina, sino por gula, porque por via de medicina, o remedio para confortar, mejor se toman en ayunas, que no despues de comer porque despues de comer son mas laxatiuas y comprimen las partes superiores del estomago, y enflaquecen la virtud retentriz de abaxo, y esto es comun a todas las peras. Las dulces son compuestas de sustancia de agua, y de ayre, son mas subtiles, y mas templadas y mantienen mas, y por ende dañan menos al estomago. Son estipticas algo, empero no tãto como las por madurar, o siluestres, ni han menester preparar se ansi: Empero las que son dul-

Isac. die. pt.

© Biblioteca Nacional de España
© Biblioteca Nacional de España

ces mucho que son como dize Auicen. en el lugar acotado, a manera de agua de açucar congelada, las quales dize que en su tierra se llaman. Senabruti, que son grãdes y muy redondas de corteza sutil. Son templadas, y menos frias que ningunas: y porende calientes. Acrescientan la digestiõ, son para los estomagos frios y secos. Ay otras de mucha sustãcia d̃ aguas, frias y humidas, desabridas son peores que ningunas, laboriosas para el estomago. En cõcluysion, todas las peras estriñen el vientre, engendran colica, dañan a las tripas, al longaon, y recto en testino, como lo dixo Rasis, y porende se deue beuer tras ellas aguamiel con pimienta y canela, o aloxa, y los hongos cozidos cõ ellas, pierden de su malicia, como lo dixo Auicena. Despues del manjar hazen venir camaras son muy escogidas las que se dizen moxcateles, como son en nuestra tierra las de sant Syluestre, tras ellas las vinosas. Porque ay dos differencias de ellas vnas son pequeñas las quales maduran al principio del estio y llaman se cermeñas estas passan presto y conseruã se poco, las de mas que son las grandes se conseruan mas. Las cermeñas,

Rá.46.aph

meñas, son de muy gustoso sabor y olor son algo mayores que las moxcateles y bien maduras son como las que dize el Auicena y Senabruti y tienen sus propriedadse.

De los aluarcoques, llamados en Latin præcoces, y de las aluerchigas llamadas en Latin poma Armeniaca, y de sus prouechos.

CAP. XXX.

OS barbaros debaxo deste nombre Chrisomela, cõfunden en si los aluarcoques, que en Latin pienso se llamã præcoces, y las aluerchigas, que pienso se dizen en latin armeniaca precocia. Empero ni al aluarco que, ni ala aluerchiga, le conuiene este nõbre, porque segun que se interpreta este nombre Chrisomela, quiere dezir mançana dorada, o de oro, el qual nombre, segũ he leydo, es de cierto genero de membrillo muy loable, chico y oloroso. Dexado pues esto a parte, dezimos, que assi los aluarcoques, que tambien se dizẽ en

© Biblioteca Nacional de España
© Biblioteca Nacional de España

en latin bericoca, y abricoccia, como las aluerchigas se llamã precoces, porque es vna fructa mas temprana q̃ ay entre el genero de mançanas, porq̃ precox, significa cosa temprana, o cosa madura temprano. Pues en cõmun pienso, q̃ los barbaros interpretãdo a los Arabes dixerõ a la aluerchiga chrisomela. Pruebolo, porq̃ el interprete de Rasis dixo. *Chrisomela frigida & humida sunt in medio tertii & assimilantur persicis, &c.* Las Chrisomelas son frias y humidas en medio del tercero grado, y parecẽ se alos duraznos prisco, por lo qual se cõsta, que entiende por las aluerchigas, porque cierto en su figura y sabor, color, parescen a los duraznos, aunq̃ son menores. Y en otra parte mas arriba dixo el mismo. *Præcoqui meliores sunt pro stomacho persicis.* Quiso dezir, que los aruarcoques son mejores para el estomago que los prisco, o duraznos, De donde consta por la diuersidad de los nõbres: que vnos son los que se dizen, precoces apar de los barbaros, y estos se interpretan los aluarcoques, y otros los que se dizen Chrisomelas, que son las aluerchigas. Acerca de los Latinos ay poma Precocia, y ay, poma Armeniaca, y ya con

Rasis. 33. cont. c. 742

consta, que la poma precocia se dizen los aluarcoques, y que por la Armeniaca no tenemos que entender sino las aluerchigas. Y hablando el Galeno en el de alimentis de entrambas frutas dixo. *Præcocia tamen armeniacis præstant.* Quiso dezir, que los aluarcoques son mejores que las aluerchigas. Pues en aquel capitulo no va hablando sino de la fruta mas temprana, entre el linage de mançanas: empero sino se confunden los nombres. Auicena dixò, que las Armenias eran las mejores, y no les vi nia tan presto la azedia ni la corrupcion, entẽdio a mi ver, de las aluerchigas, pues esta claro que no les viene azedia y corrupcion tan presto como a los aluarcoques, sacase por lo menos desto, que las que se dizen Armeniacas, son las aluerchigas. Finalmente, ansi los aluarcoques como las aluerchigas differen poco, y quasi son de vna misma qualidad. Porque segun Auicena, e lsacen sus particulares, son frias y humidas en segundo grado, facilmẽte se corrompen, engendran flema gruessa y visco sa, en la concauidad del higado y baço, y porende son causa de calẽturas. y son vna fruta de todas maneras malina, y deuen se comer

Auic. 2. cã. cap. 147.

Auic. ibidẽ.

© Biblioteca Nacional de España
© Biblioteca Nacional de España

comer en ayunas al principio de los manjares, porque al cabo nadan encima de la comida, y presto hazen hazedias y corrupcion. Y si del todo se corrompen, engendran humor venenoso hinchan mucho. Cõuienen empero para la roxa colera, sino que amatan el calor natural del estomago y le debilitan, hinchen la sangre de agua, e ichores, y son para el estomago algo mejores que los duraznos y priscos, como lo dixo Galeno. Despues de secos infundidos pertenescen a las fiebres agudas. Empero las aluerchigas no se corrompen ni azedan en el estomago tanto como los aluarcoques, como lo dixo Auicena. Corrigense los daños ansi de las aluerchigas como de los aluarcoques, si tras ellas se toma almaciga, y anis, en quãtidad de vna dragma, y beuer luego vnos tragos de vino puro, o de miua de membrillos. Alfin concluyo Rasis, en el lugar allegado, que creya, que no se halla fructa que mas enfrie que ellos, de los quales dixo Paulo. *Præcocia & rhodacina & armeniaca persicis meliora sunt, neque enim accescunt neque similiter corrumpuntur, ac sunt etiam delectabiliora.* Quiere dezir. Los aluarcoques, aluerchigas

Gal. 2. de alimentis

Auic. ibidẽ.

Rasis. ibidẽ

Paul. lib. 1.

gas, son mejores que los duraznos priscos y no se azedan ni corrompen tanto, y son mas deleytosas al gusto, confortan el coraçon. Guardense dellas las mugeres, los flacos de estomago, los frios, los que suelen tener dolor de tripas y riñones, y de hijada.

De los duraznos, y priscos, y de sus propriedades en quanto alimento.

CAP. XXXI.

LOS duraznos y los priscos differen poco en sus calidades, y en su substancia, y nutrimento, porque ansi los vnos como los otros son frios y humedos, y engendrã flema. Empero como dize Haliab. El q̃ es tierno y blando, q̃ se saca de su hueso, o cuexco, sin dexar en el carne q̃ es el prisco, mas presto se digiere, y mas presto deciẽde del estomago, empero el que tiene su carne apegada al cuexco que no se puede del todo desasir del, q̃ es el durazno. Este tal es de dura sustancia, y es mas grueso y difficil digestion, y de-

Hal. 5. the. cap. 19.

© Biblioteca Nacional de España
© Biblioteca Nacional de España

destos duraznos ay dos differencias, porque vnos son grandes y blancos, y bellosos de poco color, y otros son pequeños, lisos, roxos cetrinos. Los primeros son dulces y agros de mas humidad y viscosidad, y por ende se cõuierten en flema grueſsa y viscosa, y en corrupcion. Pareceſe claramente su corrupcion, porque si los horadan con hierro y los ponen dende a vn poco a las narizes, se siente de vn olor de podredumbre y corrupcion. Empero los que dellos fueren menores, son mas olorosos, y mas remotos de corrupcion. Finalmente tienen admirable propriedad para quitar el hedor de la boca que proue ne del estomago, y los que dellos son por madurar, estriñen el vientre, y los q̃ estan maduros, ablandan el vientre, espeialmẽte los priscos, y deuẽ se comer en ayunas, porque despues del manjar nadan, sobre el: y se corrompen. Empero antes del mãjar son faciles de digestion, y los que son secos que llaman orejones son tardos de digestion, y no son de buen nutrimento, pero los maduros y humedos mueuen el appetito, son vtiles para el estomago, caliente, valen contra la sequia, e inflamacion

cion del estomago, amatan el calor natural, quitan se sus daños y vicios beuiendo tras ellos aloxa o aguamiel cozida, y comiendo agengibre y miel. Los duraznos adobados en conserua de miel, son vtiles para los pulmones, porque por la miel en que estan se quita su grosseza, y segun dize Isac en sus particulares, son frios y hu- *Isa. die par.*
midos en segundo grado, y son muy semejantes a las aluerchigas, que el llama Chrisomella. Deue se beuer tras ellos vino puro, quando no vuiere a la mano aloxa: valen contra el dolor del coraçon, y de la boca del estomago, que se dize Cardiaca passion. Enfin tienen vn señalado y singular prouecho, que es enmendar el hedor dela boca, como lo dixeron Auerroes, y Auen- *Auer. 7. col.*
zoar en su Thersis. Todo lo sobredicho *Aui. 2. can.*
affirmaron Auicena, y Galeno dizese por *Ga. 2. de ali.*
eruditos varones que estas frutas en Persia son veneno y que aca y en Egypto son de comer. Esto paresce auer dicho Galeno pues dixo q̃ el arbor Persiaca en Persia es mortal: traspuesta en Egypto no ser mortal aũque otros sabios dizen q̃ aquel arbol no es el durazno, sino vn arbol como peral y que lleua vna fructa como pe-

© Biblioteca Nacional de España
© Biblioteca Nacional de España

ra. Empero cõ cuexco dentro. Delos melocotones no hallo autor que hable, sino q̃ son cierto genero de duraznos compuestos de sustancia de agua y de tierra, y por ende son frios y no tanto humidos como los duraznos, por la sustancia terrea y seca que tienen en si mezclada, y por esso no son tan faciles de corrupcion, y son mas confortatiuos del coraçon y estomago y tripas, y finalmente son no poco estipticos por donde les viene aquella virtud de confortar por su olor: dan fuerça al celebro, y enmiendan el mal olor de la boca mas que los duraznos. Empero son de mas grueso xugo, y mas difficiles de digestion, no se deuen comer sino en ayunas, y tomar tras ellos agẽgibre, canela, y beuer vino puro añejo, tomados despues de otros manjares los corrompen y hazen descendir con presteza, y si no descienden cõ ellos sino que se detienẽ, se tornan veneno, y causan calenturas cronicas. Empero quitan se le estos daños si se assan y comẽ con açucar, y ansi son faciles de digestion y muy conortosos para los miẽbros principales. En conserua con miel son muy pectorales, y su grueso xugo, se adelgaza, y

son

son de buen nutrimento, y muy confortatiuos, en especial si se aderezan con especias. Algunos dizen que se engendran de enxerirse el membrillo con el durazno, y que por ende tienen propriedad del vno y del otro, y que del membrillo, toma la austeridad y ponticidad, y color, y del durazno lo de mas. Empero no he hallado a hombre que tal enxerto aya hecho, ni que aunque le haga salga con el effecto ni he oydo dezir a nadie q̃ tal se halle por esperiencia, sino que es vn arbol por si, de genero de duraznos, especialmente que se tiene por regla que para enxerir vn arbol en otro deuen los arboles tener en si alguna affinidad, o proporcion para que prendã pues dize Aristoteles, que es mas facil el transito entre los que guardan symbolo, o semejança, q̃ no donde no se guarda, porẽde, como el durazno sea fruta de cuexco, y no el membrillo, no se halla entre ellos essa semeiança ni affinidad para que prenda el vno en el otro. Son los melocotones, o generos de duraznos, entre si differentes, pues vnos son blancos otros verdes de color de yerua, otros colorados otros negros que son enxeridos (segũ al-

© Biblioteca Nacional de España
© Biblioteca Nacional de España

gunos)en moral,madurã por el otoño, comenſe mondados, y echados en vino puro: Empero no ſon ſeguros, porq̃ aquel dañoſo xugo,es con mucha preſteza,traydo por todo el cuerpo.Plinio dize,que todo genero de durazno es vtil al eſtomago.

De los membrillos, y de ſu naturaleza para ſe comer.

CAP. XXXII.

LOS membrillos, como lo dize Auerroes en el quinto d̃ ſu colliget, ſon de mas grueſſa ſuſtancia, y mas eſtipticos que las peras, y porende ſon mas frios y en ſu olor ay admirable propriedad, contra todas las paſsiones del coraçon. Los que ſon azedos y auſteros, ſon frios en el fin del primer grado, y ſecos en el principio del ſegundo, como lo dixo Auicena. Empero los que ſon dulces ſon de ſuſtancia de agua y en complexiõ tem-

Aui.2.canõ. cap.156.

templados declinantes algo a calor, y por eſſo reſfrian poco, y porende no confortan tanto el eſtomago como los primeros. Y no conuienen al eſtomago caliẽte, ni a los vomitos ni camaras de colera. Pero los membrillos deſabridos ni azedos, ni dulces ſon los peores de todos, porque ſon frios q̃ humidos, y mas frios que humidos, y no confortan el eſtomago como los de mas, ni dañan al calor como los azedos, ni mantienen como los dulces, ſino que engendran vn humor flematico y crudo, como muy biẽ lo diſtinguio Iſac en ſus particulares dietas, ſi ſe comẽ antes del manjar: confortan el eſtomago y tripas, y detienen y aprietan, y reprimen el fluxo de colera y el vomito, eſpecialmẽte los azedos y eſtipticos, mayormente ſino ſe toma manjar haſta que ſe ayan bien digerido: Empero comidos deſpues de otros manjares mueuen mucho a camara, y hazen deſcendir los manjares antes que ſe digieran: Comiendo los muy amenudo offenden los neruios, y cauſan paſsion colica, tienen ſobre todas las frutas mayor auſteridad, y cauſan mayor detencion. Si ſe comen como digo en ayunas amanſan

Iſac.di par.

© Biblioteca Nacional de España
© Biblioteca Nacional de España

la sed y la borrachez. Suelen hazer podredumbre en las tripas, pero quitanse sus vicios si se comen asslados, y deue se assar, segun dize Auicena. Desta manera. Hanse primero de sacar sus pepitas y poner dentro miel, y embarrarse por de fuera, y ponerse en el rescoldo viuo. Comidos desta manera en ayunas, o al principio de los manjares, tienen todas las vtilidades dichas, y no offenden a los neruios, ni ceusan colica. Y fuera desto dizen que mueuen vrina, como lo dixo Rasis haze se de ellos aquella conserua tan commun que se dize carne de membrillos conforta mucho el estomago en ayunas, da gana de comer especialmente si se haze con açucar, conforta el celebro y coraçon. Ay otro genero de mẽbrillo pequeño llaman le Chrisomela es de color de oro, llama le Theophrasto y Plinio estrutio y algunos no le cuentan por membrillo: empero es lo. Y dize Paulo que conforta mas que todo el estomago y tripas: y dize que refrena la colera y que alegra el coraçõ como lo dixo Pselo es de mayor olor que los de mas membrillos.

Raſ. cõt. 22. cap. 384.

De las

© Biblioteca Nacional de España

De las granadas, y de su naturaleza, en quanto alimento.

CAP. XXXIII.

AS granadas anſi agrias como dulces, segun dize el Galeno, dan poco alito al cuerpo: y porende dize, que nũca las comamos por razon de mantenimiẽto, sino por razon de remedio medicinal, especialmẽte si son agrias, pues destas no se ha de vsar sino para aplacar el calor del estomago y higado. Cierto las dulces son blandas y engendran buenos humores, y expellen los humores podridos del orifico del estomago, y dan apetito de comer, segun que lo dixo Rasis. Son frias y humidas en el primer lugar, como lo dixo Auicena. Ablandan el pecho y confortan le, conuienen al tremor del coraçon, y alimpian la boca del estomago. Son conuenibles al estomago por la estiticidad subtil que tienen: empero suelen dañar a los que tienen calenturas, no refrescan y ha-

2. de alimẽ

Raſ. 4. aph. Aui. 2. can. cap 320.

Mm 4 zen,

© Biblioteca Nacional de España

zen inflamacion y sequia: y porende no conuienen a personas calientes, Mueuen vrina, aunque no tanto como las agrias: finalmente agras y dulces. Son mundificatiuas, y estipticas, quiero dezir, que alimpian y estreñen. Empero las agrias tienen esta propriedad mas que las dulces. Las q̃ el Auicena llama Muza, que son agradulces, son (segun el dize) mas juuatiuas para el estomago, que los membrillos y manças nas, pero que su grano es malo. Entiende se la cibera. Y dixo mas, que las agrias son asperas para el pecho, y que las agradulces que llama Muza, son vtiles para su inflamacion, y que las agras dañan el estomago: y que los granos de las granadas son malos para el, y que es mejor que el que tiene calentura los chupe despues del mãjar, porque el humo y vapor de los manjares no suba a la cabeça, que no permitir suban las malas materias de abaxo para arriba, prouocan la vrina mas que las dulces. Empero dañan al estomago y tripas. Las granadas agras dulces, son para las fiebres agudas, e inflamacion de estomago, y porende dixo Auicena. Las fructas desseadas de los que tienen calentura de colera

Auic. ibidẽ.

Aui 4. pri. tra. 2. c. 39.

colera son las granadas dulces y Muzas, que son agradulces, y las ciruelas. La causa assigna Auerroes, porque en los granos de las granadas se halla vna propriedad de resistir a la putrefacion: y porque el mãjar no se conuierta en humos malos. En conclusion las azedas son de su natural propriedad dañosas para el estomago, son asperas para el pecho, refrescã el estomago y higado, y propriamente al higado, y amatando el calor de la colera y sangre, refrenan la calentura y vomito. Son de fuerte estreñimiento y austeridad en tãto grado, que si se ponen en los manjares, detienen q̃ las superfluydades no vẽgã al estomago y tripas. Y su cozimiẽto es vtil a las vlceras de los intestinos, y para el manar de las humidades antiguas de la matriz. Son frias y secas en el segundo grado como lo dixo Auicena. Algunos phyficos mandan echar las en agua muy calida y echar encima poluos de anis, porque dizen ser ventosas. Empero es engaño manifiesto en las agradulces como sean de Sbia y penetrante incisiua como xaraue acetoso no pueden ser ventosas como toda ventosidad se cause en materia crassa,

Aue. 7. coll. c. de syncop.

© Biblioteca Nacional de España
© Biblioteca Nacional de España

y no ay author que tal diga, este engaño nace de que como ellas conforten mucho el calor, y el calor ansi confortado expela la ventosidad que ay en el vientre y ellas tambien comprimiẽdo expellan, por esso dizẽ ser ventosas porque de la misma manera podriamos dezir que son ventosos los mirobalanos y qualquiera purga, porque si fueran ventosas no fueran tan medicinales y fueran como cerezas bien es verdad que comiendolas en mucha cãtidad podrian causar ventosidad no por Sbia sino por su frialdad.

De las açufeyfas, llamadas en Latin iuiubæ, y delos nespilos, y de sus propriedades para quanto hazen al caso para la sanidad.

CAP. XXXIIII.

LAS açufeyfas como lo dize Auicena. Son frias en el primer grado, y templadas en seco quedad y humidad, a la qual declinan: y dixo dellas el Galeno, que no hallaua enellas obra para la conseruacion dela sanidad ni para quitar la

Aui. 2. can. c. 370.

la enfermedad. Son malas para el estomago, de difficil digestion, y poco nutrimento, pero son vtiles para el pecho y pulmones. Empero quando están estipticas y por madurar, aplacan la acrimonia de la sangre, y quando allegan a maduracion, ablãdan y humedescen la aspereza del pecho y pulmones engendran flema: y porende huyan dellas los de ftia complexiõ, y de frio estomago, engruessan la sangre, y hazen la viscosa. Todo lo sobredicho affirmaron Auice. Paulo Aegineta, Rasis, Isac en sus particulares. Los Nespilos, como lo dixo Isac, son frios y secos en primer lugar, cõfortan el estomago, quitan el vomito y camaras colericas, y dize que prouocan a vrina, mantienen poco, y engendran gruessos xugos, y son mejores para antes del manjar que para despues. Empero Auicena, dixo que detenian todo fluxo, y que causan dolor de cabeça mas que otras ningunas fructas, y que son malas para el estomago, y que detenian y restriñen la vrina, al qual paresçer mas me allego. Llaman al nespilo Tricoctum, porque tienen tres guessos, reprimẽ la colera, cõuienen a estomagos calientes, dan fuerça al

Auic. ibidẽ. Rasis. 3. ad Alma. c. 20.

Aui. 2. can. cap. 757.

© Biblioteca Nacional de España
© Biblioteca Nacional de España

al vientre y estomago: y porende se deue vsar mas por via de remedio medecinal, que no de alimento, como lo dixo el Galeno. Sacanse destos authores dos contradiciones. La primera que dixo Isac que mueuen vrina, y Auicena que la detiene. La segunda que dixo Auicena que eran malas para el estomago, y Galeno que le conforta, y Serapio dixo que eran buenos para el estomago: yo quiero mas creer al Galeno. Ay otro genero de Nespilos que llama azaroles, son como mançanitas pequeñas coloradas, tienen los mismos effectos, y son los nespilos de Dioscorides. Finalmente estriñen y detienen qualquier purgacion. Maduranse en paja despues de cogidos en el arbol. Hazense mayores enxiriendolos en membrillo, suelense hazer de buen nutrimento cozidos en vino.

Ga. 7. de. fim.

De las algarrouas, o garrouas, y de las seluas.

CAP. XXXV.

LAs algarrouas llamadas en latin filique, y segũ los Arabes xilocharata y carubia, es vn fructo que ay en Italia, y Balencia, de longura de vn dedo y tangordo como el dedo pulgar, Dize Plinio de esta fructa, que es como castaña saluo, q̃ su corteza se come: la qual no es otra cosa, sino madera. Lo mismo dixo Isac en sus dietas, quiero dezir, que es como madera. Empero que las verdes son mejores, y mas saludables, pero dañosas para el estomago, y que mueuen camaras. Empero que las secas, son de secatiuas y estreñidas. Galeno las abomina y dize, q̃ nunca vinierã a nuestras partes, Aecio dize, que tienen alguna semejança con las cerezas, Porque tienen vn poco de dulçura, y que las recientes a blandan el vientre, y las secas le estriñen. En fin segun. Galeno, y Paulo, son de mal nutrimento, y poco, y como madera, y de difficil digestion, porque quando se añejan y hazen secas pierden aquella poca de humidad que tienen y tornanse de naturaleza de tierra, y de madera: es mantenimiento y golosina de mugeres y de niños. Empero aunque es verdad, que los authores dizen de ellas todo esto, esta por experiencia cognosci do algo en contrario, porque aueriguadamente hemos visto, que comiendo las algarrouas ante de los manjares hazen el vie-

© Biblioteca Nacional de España
© Biblioteca Nacional de España

vientre humedo y mueuen mucho a camaras, porque he visto, que muchos niños y mugeres que las comẽ ante de cenar, o de comer, se van de camaras, y en estas tierras, adonde no las ay, sino muy añejas y secas por ende es cosa de admiracion, que digan los authores lo contrario. Empero deue se dezir, que las algarrouas quanto es de suyo, son estreñidas, empero acciden talmente mueuen camara exprimiendo, y apretando, como los mirabolanos. De las seruas pone Plinio muchas differencias vnas, dize, ser redondas como mançanas, otras a husadas, como peras, o cermeñas. Otras llama onates que son las que se venden y otras torminales que hazen ruydo de tripas dize, que todas son semejantes a mançanas, y que tienen vn sabor vinoso exceptas las que el llama onatas. Tienen en medicina prouecho, porque estriñen el vientre maranillosamente. Especialmẽte ante de su perfecta maduracion. Las torminales son las que alcãçamos, y despues de maduras son suaues, segun dize el Galeno, Segun Rasis, son frias y estriñen mucho y reprimen la colera, y no se vsen para comer.

De los

De los limones y naranjas, y de su naturaleza para los manjares.

CAP. XXXVI.

DE los limones ay pocos que hablen, empero diremos dellos lo que se puede por autoridad y esperiencia hallar. De los quales dixo el autor de las pandetas. Que su azetosidad es fria y seca, como todas las de mas cosas azedas, y que el xarauẽ q̃ se haze dellos vale contra fiebres pestilenciales, fiebres malignas de tauardillo, y que su olor conforta al coraçon, tienen mucho çumo azedo, apto para sallas, y tãbien se come aparejado con sal. Es su çumo frio en segundo grado, es sutil, penetratiuo que corta los humores gruessos, y mueue el appetito, conforta al estomago, por la sequedad que tiene de vn poco de sustancia de tierra, por la qual engendran melancholia, y constriñen el viẽtre: y por ende se saca que son estipticos y estreñidos. Son de poco nutrimento y gruesso, y desmi-

© Biblioteca Nacional de España
© Biblioteca Nacional de España

desminuyen la carne, y sangre, y hazen los cuerpos magros. Son buenos por via de salsa, y no para todos estomagos, sino para los calidos sin appetito. Ay tambiẽ otra suerte de limones dulces, los quales aunque por su dulçura declinan a calor, empero son de qualidad y naturaleza de agua, frios y humidos. Las cortezas dellos, ansi d̃ los dulces, como de los agrios, son agudas al gusto, aromaticas, desecan en grado primero, son calidas, porque se vee claramente que resqueman vn poco. Laguna dize que son muy templadas en calor y frialdad, y aunque ayudan a digerir, son difficiles de digestion, el çumo de los agrios quita los barros, y qualesquier manchas del rostro, beuido mata las lombrizes del cuerpo, deshaze las piedras de los riñores y purgalas. Las Naranjas, que llaman los praticos, arancia, o aurancia, o malamedica, son endos manéras, dulces y agrias. Las dulces son de naturaleza y sustancia de agua, y porende son frias y humidas, aunque declinan a color: y porende son dulces, no son tã dañosas al estomago como las agrias ansi las vnas como las otras se traen de Valẽcia y de Murcia

cia y de la Vera de Plasencia son mejores las de Valencia especialmente las agrias porq̃ tienen vn gusto humoso, o de guindas no muerden tanto el estomago como las de otras partes mayormente si les echã vn poluo de açucar, empero no puede huyr del todo el vicio de las agrias. Dañan al estomago frio, pero no al caliente y colerico: quitan la acrimonia de la colera, aunque su corteza en conserua de açucar o miel, cõforta al estomago, su çumo muerde el estomago, y agraua la cabeça: los que son amigos dellas, escojan las mas coloradas y lisas, de mas gruessa corteza, porque estas son las mas maduras, y mas dulces, y quemenos dañan al estomago. Deuen se guardar de comer muchas dellas, porque offenden el estomago, como sea imposible que dexen de tener agro. Pero corrigẽ se con açucar.

En donde se muestra la naturaleza y propriedad, y ayuda de la cidra, y de sus partes.

CAP. XXXVII.

© Biblioteca Nacional de España
© Biblioteca Nacional de España

POR este nombre de cidra en general los authores antiguos, assi Griegos como Latinos entendierõ no solo nuestras cidras: empero naranjas, y limones, y toronjas: y todo genero de limon que seria largo contar, conuiene a saber, limas, limones, ponciles, que son vnas limas pequeñitas, muy apetitosas, y de mas delicado çumo, que las limas ni limones, y q̃ esto sea verdad, dan testimonio Theophrasto, Plinio, Atenæo, Virgilio, que a todo este genero llaman citrium y malum medicum, porque dize se truxeron de Media, y Persia, pues luego la sidra que tambien se dize ponceria, pues es de color de cera. Tiene quatro differentes partes, corteza, carne, azedo, semilla: de todas estas trataremos por su orden. La corteza, como dize Auicena, en el 2. Canõ. ca. 120. Es caliente en primer grado, y seca en fin del segundo, y segun Galeno, deseca no con poca agudeza: y porende es seca en tercero grado, y templada en frio y calor aunq̃ declina vn poco a calor, quando esta colorada, es olorosa y es difficil de digestion por

2. cã. c. 120.

por su dureza y sequedad: y si se pusiesse en los manjares ayudaria a la digestion como las de mas cosas calientes, y quando se toma en poca quãtidad cõforta el estomago. Assi lo quiso el Galeno, diziendo que si se pone en conserua en poca quantidad, conforta el estomago, y en mucha le agrauia, porque es de dura digestion, es retentiua como su semilla, y si se pone entre paños, o sedas, preserua de pulilla, y su olor retifica la peste y corrupcion del ayre, y su cozimiento haze buen olor, y detiene el vomito, y mueue appetito, y tiene virtud de quitar veneno, y confortar el caraçon como lo dixo Rasis, y Auicena. Y dixo: su carne blanca, es caliente y humida en primer grado, y que segun algunos era mas fria q̃ humida: y assi lo quiso Rasis por autoridad de Aben Mesue, diziendo, que la carne blanca de la cidra era fria y humida en primer grado, y mas fria que humida, y que se detiene en el estomago, y es de tarda digestion. Empero, como lo dize Auicena: tiene fuerça de hinchar, y porende es mala para el estomago, y es de tarda digestion: y es cõtraria al pecho. Y por esso, dize que se deue comer cõ cier

Gale. lib. de solutione cõti.

Rasis. 4. aphor. 1bi.

© Biblioteca Nacional de España
© Biblioteca Nacional de España

to correctiuo, que el llama Almuri, que es salmuera: y ni mas ni menos con miel, por que anſi es mas ſaludable, y reſcibe mejor la digeſtion, ſino ſe come en mucha quantidad. Y no comiendoſe anſi, cauſa tambié colica. Enfin, es dura y maciça, y por ende haziẽdo della comida, ſe digere cõ dificultad, y paſſa tarde del eſtomago, y engendra humores grueſſos y frios: como, lo afirmo Iſac en ſus particulares, y Raſis en el miſmo lugar allegado arriba. Empero, ſu azedo de la cidra es frio y ſeco en tercero grado, (y ſegun dize Iſac) en ſegundo. Es eſtreñido, o eſtitico, y refrena mucho la roxa colera, aplaca el tremor del coraçõ que prouiene de calor, es buen mantenimiento para los pulmones y garganta, cõuiene a las camaras colericas, tiene virtud inciſiua que adelgaza y refreſcá: porende mitiga el calor del higado, y conforta el eſtomago, porque mueue el apetito, ſocorre perfectamente a la ſequia, y quita la triſteza y paſsion de coraçon: eſtriñe las camaras. Eſto dixeron Raſis, Iſac, Galeno Empero ſu ſemilla (como ayo dize Auicena) es caliente en primer grado, y ſeca en el ſegũdo. Es cõuenible para las almorranas

Raſi. Ibidẽ. Iſac. dietis. partic. Gale. lib. de ſolutione cõtinua.

nas tomada con vino y miel y agua caliente, particularmente reſiſte a la mordedura del alacran (vntãdo por defuera) a qualquiera venenoſidad, relaxa el vientre, y ſu cozimiento da buen olor, y beuido es bueno contra qualquier ponçoña. Finalmente conuiene que la cidra ſe coma por ſi ſin manjar alguno, ni antes ni deſpues, ni mezclado haſta tanto que ſe aya digerido: Y ſi ſe come deſpues de otro manjar haze indigeſtion, y en conſerua conforta el eſtomago y coraçon, y cauſa buena digeſtion y buen olor de boca: lo qual ſe deue entender tomandolo en moderada cantidad, porque de otra mrnera agrauaria, como lo dixo Meſue en la diſtinction. 5. de ſu Grabatin.

Meſue. diſt. 5. Grabadin

De las azeytunas y de ſu propriedad para ſe comer.

CAP. XXXVIII.

AS azeytunas, ſegun Dioſcorides. Son de tres maneras, vnas llamo colymbades, q̃ dixo ſer buenas pa las quemaduras, y que con ſalmuera confirman los dientes, y

Dioſco. lib. 1. cap. 118.

© Biblioteca Nacional de España
© Biblioteca Nacional de España

apretauan las enzias. Y otras dixo que eran rojas, y estas dixo que eran vtiles al estomago, y dificiles para las tripas. Otras dixo que eran negras perfectamente maduras, contrarias al estomago, y que causan dolor de cabeça. Paul. dixo, que las azeytunas eran de dos maneras, vnas dixo que se llamauan Drupas, y que eran agenas e inconuenibles para el estomago, y de grueso xugo. Otras dixo que eran Colimbades: las quales guardadas en salmuera, o en sal, y agua, y comidas al principio de la comida mouian la gana del comer, y hazian venir camara, especial si estauan adobadas con vinagre, y miel, o con solo vinagre. Lo mismo quiso dezir Galeno. Donde hizo differẽcia entre las azeytunas caducas, o caydas, que son las q̃ de maduras se caen de los arboles: y entre las llamadas Colymbades o Halmadas, de las quales dize, q̃ comidas ante de los mãjares mueuen camara: especial comidas con garo o salmuera. Las caducas o caydas dize que tienen mucho azeyte, Y las colymbades mucho xugo styptico y poco azeyte. Venidos a lo que dize Isac, y los demas Arabes es, que las azeytunas se deuen

Paul lib. 1. c. 81.

Galen. 2. de alim.

uen considerar de tres differencias. Vnas son verdes, y por madurar, austeras, o estrinidas: y a estas llaman azeytunas de agua y estas dizẽ q̃ son de subsstãcia de tierra, porque estriñen mucho, y no tienen casi nada de azeyte. Destas dixo Rasis, que eran calientes y secas, y que comidas ante del manjar, mouian a camara, y confortauã la boca del estomago. Y estas son a mi parecer las que los Griegos dizen Colimbades, pues son las no maduras, que el Galeno differencio de las caydas, y bien maduras que tienen mucho azeyte, las quales son calientes y humidas templadamẽte, como lo dixo Auicena. Las azeytunas por madurar, o no maduras eran frias, y las maduras eran calientes. Pero ha se de aduertir, que como las azeytunas verdes pueden estar adouadas, o por adobar, las que estan adobadas, especialmente con vinagre y miel, o con salmuera se dizen las Colymbades, y mueuen camara por la irritacion que en si tienen del adobo, pues siempre se preparan con sal. Destas dize Isac en sus particulares, que encienden la sangre, y muerdẽ los neruios del estomago, y que son difficiles de digestion

Rasi. 3. ad al manso. c. 59

Auic. 2. ca. cap. 529.

© Biblioteca Nacional de España
© Biblioteca Nacional de España

stion por la mucha grosseza de su xugo, y por su dureza, y que tienen poco nutrimento. Y por su adobio de sal, dixo Rasis, que eran calientes: Empero de suyo son frias y secas, y por razon de no estar maduras. Y ansi tambien lo dixo el Auicena en el lugar allegado: y porende las verdes que no estan adobadas que son frias y secas, son las que llama el Paulo Druppas, que son las mas innutiles para el estomago, y son las que perfectamente llamâ los Barbaros azeytunas de agua, porque ningun azeyte tienen, por lo qual no mantienen nada. Empero las adobadas que llamamos, Colymbades, si estan preparadas con vinagre, como lodize Isac, son mas sutiles de sustancia, y reprimen y refrenan la colera: mueuen apetito, especial si se comen, como el dize, en medio de la comida y si se digieren dan buen nutrimento, confortan el estomago, sobre todas las azeytunas, Empero las que son maduras, son en dos differencias, porque o no estan perfectamente maduras, o estan del todo maduras, las que perfectamente no lo estan, que son las bermejas, que llamo Dioscorides Flauas, o Iacintinas, no son tã dañosas co-

como las negras, por tener poco azeyte y poco estreñimiento, y porende confortan razonablemente el estomago, y hazen en el cuerpo vn humor roxo de su color, como las negras le hazen negro. Y ansi dixo el Galeno que las azeytunas roxas hazen vn humor como hiema de hueuo, las negras que son las perfectamente maduras, se bueluen con presteza en corrompimiẽto, relaxan el estomago, humedescen el vientre, son calientes, y templadas en sequedad y humidad, como lo dixo Isac alli. Y mas paresçen humedas, porque tienen mucho azeyte, y porende tienen mucho nutrimento y gruesso, difficil de digestion, aunque facil para mouer camara, La difficultad de su digestion les prouiene del azeyte, el qual haze nadar la comida en lo mas alto del estomago, y no la dexa descendir al lugar de la digestion. La facilidad de mouer camara les viene por causa del azeyte que haze al estomago humedo y deleznable, por lo qual antes que el manjar se digiera y cueza desciende abaxo a las tripas, y porende en comparacion de las de mas son vituperadas: y si estan adobadas con sal se tornan colera, por-

© Biblioteca Nacional de España
© Biblioteca Nacional de España

que su azeyte presto se inflamma y encien de, Al fin como lo dize el Galeno, dan do lor de cabeça. Estas son las azeytunas que los Arabes dixeron de azeyte. Y las no maduras llamaron de agua, no porque sean de substancia de agua, que antes son de tierra, sino porque tienen poco azeyte. Las Colymbades que son las no maduras empero adobadas, aunque son por madurar, toda via tienen alguna mas maduracion que las perfectamente verdes, y porende tienen algun azeyte, por el qual mantienen aunque poco, como lo dixo Galeno enel lugar allegado, al principio tienen estas vna propriedad que echadas en agua abaxan y suben, y por esso se llaman Colymbades, lo qual les prouiene por lo poco que tienen de azeyte, el qual causa no desciendan del todo. Empero las muy verdes como sean todas de substancia de tierra, luego abaxan, y las muy maduras como tengan mucho azeyte y poco de substancia de tierra nadan sobre el agua, sino fuere en caso que esten muy mojadas, o llenas de tierra. Son muy escogidas las que traen de Seuilla y Cordoua por ser suaues y de mucha carne. Traẽ las de

de Syria poco mayores q̃ alcaparras son para mesas de grãdes señores, porque son de mucha suauidad, paresce de los dichos de los autores que se deuen comer al principio de la mesa. Empero aora siempre se comen a la postre, las caducas que dizen motaraues, siempre se deuẽ comer al principio, porque a la postre corromperã los mãjares, las de mas se puedẽ comer al principio, y a la postre, por diuersas razones, al principio, para mouer camaras, y dar apetito, ala postre, para cõfortar el estomago, y quitar el asco de la carne, y por esso dixo Martial.

Inchoat atque eadem finit oliua dapes.

© Biblioteca Nacional de España
© Biblioteca Nacional de España

LIBRO QVARTO, DE AVISO DE sanidad, delos manjares, y guisados, y confituras.

En el qual se enseña a conoscer la naturaleza y uirtud y propriedad de los manjares compuestos, como de ensaladas, sabores, mixturas, salsas, pasteles, guisados, cacuelas, para que no dañen a la salud.

CAP. I.

PLatina es el que muy diffusamente tracta, de todos los generos de manjares, compuestos, y porque seria cosa de nunca acabar de contar por estenso todas maneras de guisados, potajes, porque son infinitos, segun las costumbres delas familias, regiones delas casas, delàs ciudades, porende es mejor reduzirlo a ciertas reglas generales, por las quales qualquiera pueda venir en conocimiento de la virtud

tud, y operacion de qualquier manjar cõpuesto. Y porque para venir en conoscimiento del compuesto es menester saber todos los simples que entran enel, conuiene a saber, que calidad tenga cada vno, y en que cãtidad se deua poner, y de que virtud sea, y que operacion tenga, y que grado, y que prouecho, y que daño, y finalmẽte que complexion resulte de su composicion, es menester escudriñarlo con diligẽcia y cuydado, porque si el manjar compuesto se constituyesse de tres partes, de cosas frias, las quales dañan al estomago, y de vna parte de cosas calientes, que son conuenibles para el, en proporcionales grados: porque de esta manera la mayor parte es de cosas frias, no ay que dubdar sino que todo el compuesto saldria frio, y porende dañoso al estomago, como claramente se paresce. Empero si las cosas calientes que entran en el manjar compuesto fuessen mas que las frias, o de mas intenso y fuerte calor, de suerte que mucho sobre pujassen a las frias, ciertamente todo el manjar compuesto saldria caliente, y tal se nõbraria, Como dado caso que las cosas calientes que entrã en el tal mãjar

© Biblioteca Nacional de España
© Biblioteca Nacional de España

jar compuesto fuessen tales en el tercero o quarto grado, aũque en la copia quiero dezir, en numero, o muchedumbre excedieſſen las frias, pero no en fortaleza de frialdad, tal manjar compuesto se nombraria caliente y no frio. Lo que hemos dicho de los manjares frios y calientes, lo mismo se deue dezir de los secos y humedos, y lo misino de los que dañan a algun miẽbro, y de los que le ayudan y aprouechan. Porque si de las cosas de comer que entrã en algun manjar, la mayor parte es dañosa, y la menor vtil y prouechosa, todo el manjar compuesto sera dañoso. Empero por el contrario sera prouechoso y desta manera y via, qualquiera terna algũ conocimiento, para saber qual sea la naturaleza, la complexion, la propriedad, la obra y effecto, de qualquier ensalada, guisado, de qualesquier sabores, y mezclas, y salsas, y pepitorias, pasteles, y que seã sus prouechos y vtilidades, y que sean sus daños. Si bien lo ponderã todo, y ansi conoscera que manjares seran saludables, y que manjares causaran enfermedad, y como se deuen corregir y refrenar sus exceſſos, puniendo y mezclando cosas contrarias, las qua-

quales puedan refrenar la excessiua qualidad de los tales manjares. Pero quales deuan ser las cosas que corrijan y tiemplen y refrenen los exceſſos, diremos adelante, y no trataremos de todas, sino delas cosas mas vsadas y mas familiares, de las quales cada dia tractamos, con las quales los muy diestros cozineros suelen guisar y retificar y corregir los manjares a sus señores, y por esso se suelẽ llamar los tales manjares guisados. De los quales vnos son calientes, otros son frios, otros son defecatiuos, otros son abridores, y otros son estreñidos, y otros subtiles. Y de la misma manera otros son estomatichos, o aptos para el estomago, otros para el higado, otros para el coraçõ, otros son liquidos, otros espesos, y secos. Agora empecemos de los liquidos y humidos.

De las salsas, y de la salsa llamada de los antiguos Garo, y Muria, que es Salmuera.

CAP. II.

Escri

© Biblioteca Nacional de España
© Biblioteca Nacional de España

Scriuen los Griegos, los Athenienſes, auer ſido tan curioſos de ſalſas, y guiſados, que por auer ſido Cherophilo grã artifice dellas hizieron a ſus hijos ſeñores de la ciudad, adonde naſcieron. Empieçãſe las comidas dende las ſalſas, porque mueuen mucho el apetito del comer y cauſan gana de beuer. Y ay en general dos maneras de ſalſas. La vna para comer las carnes magras. Otra para comer las carnes grueſſas, a las primeras ſalſas. Llaman Cybia a las otras Melaudria. Las primeras, como ſe parece delo que eſriuio Plinio, ſe hazian de las pelamidas, o palomidas hechas traças. Las ſegundas de los Atunes, tambien deſpedaçados. La ſalſa que antiguamente llamauan Muria, y Garo, indifferentemente ſe hazia de vn pez llamado Garo, como lo cuenta Plinio, pienſan communmente que eſte peſce es la anchoua: la qual tiene la hiel en la cabeça. Tomauan pues la anchoua, y quitauan la la cabeça, y tripas, y higado, y lo de mas ponian lo en ſal haſta que ſe enſoluia toda, y a eſta llamauan garro, y ſalmuria. Otros dizen que

que eſta ſalmuera, ſe haze de vn pez pequeñito llamado Apira, y Aplira porque ſe engendra del limo de la tierra con la agua lluuia, es el peſce llamado communmente Merlando, otros tomauan aqueſte pez pequeño aora fueſſe el merlãdo, aora fueſſe la anchoua, y echauã le en azeyte, y vinagre, y apio, o perexil, y deſpues cozian le en vn caço haſta que ſe deshazia, y eſte era el Garo y Murio. Algunos le hazian del peſce llamado Atherina que es como vn beſuguito pequeño, empero eſta ſalmuria era inutil, porque eſte peſcado no ſe pudia enſoluer como el Garo o anchoua, ni tampoco ſe podia hazer de ſardinas porque tienen muchas eſcamas, en otras partes le hazen del lupo pez, lo qual tambien quiſo Plinio, otros como lo quiſo Martial, de la leche o del atun, a eſta Muria llamauan aleche, porque ſe hazia muy bien del, porque eſte peze llamado en latin eſcombrus, tiene la carne pingue y tierna: la qual ſe aparta muy preſto dela eſquena, y no es eſquamoſo finalmente la ſalſa no es ſana, porque abure la ſangre cauſa colera, daña alos riñones y vexiga, aunque es cierto que quita la flema apegada al eſto-

© Biblioteca Nacional de España
© Biblioteca Nacional de España

mago, porque la enxuga mueue en los viejos apetito de engendrar por su encendimiento. Esta salsa muria tiene gran primado contra ponçoña, y contra mordeduras de perros rauiosos, y de animales ponçoñosos, ansi beuida como puesta en la mordedura. Y escriue Estrabō que en nuestra España especial en la Andaluzia se hazen muy buenas salmurias, o salmueras, (q̄ ansi se romancea, la muria) y Plinio escriue. Que en la Isla scōbraria se llama ansi por las muchas salsas que ay se haziā del Aleche, que llaman escombrus. Algunos alaban mucho la salmuera, que se haze de la coruina. Y deuese aduertir que las salsas ςufren muy poco cozimiento, porque si se detienen en el fuego, hazense mucho mas espesas, y calidas, y amargas porque se ensuelue lo subtil y humido, y queda lo terrestre quemado, y ansi amarga. Y porende se escriue, que Augusto Cesar dize. Estas cosas mas presto se cuezen, que vna salsa.

De las gorduras y enxundias, y pringues, y de la manera como se deuen vsar en los guisados.

CAP.

CAP. III.

LOS condimentos, o adobos de los manjares son de diuersas maneras. Porque vnos son liquores, y otros son especies oloroſas, como canela y açafran, &c. Primero tratare mos de los cōdimētos, o adobos q̄ son humidos y liquidos, y diremos con las que en sus particulares dietas, que de las cosas de pringue solamēte auemos de vsar por via de condimento, y de preparacion, para guisar los manjares, para que tengan gusto y sabor, porq̄ ningun genero de pringue aora sea carnesa, aora sea pura pringue sin carne, es buena para comer sino muy mala, porque como el dize la pringue y vncto mantienen poco y mal, y por ende no se deuen dar para comer por si, si no solamente para cō ello guisar los otros manjares. Pues ansi la pringue como el vnto hinchan el estomago, y le hartan presto, y corrompē qualquier manjar que hallan en el estomago, y assi son dañosas cosas para el, y para su digestion, pues nadā

Dictis ueni. cap. 28.

Oo 2 so-

© Biblioteca Nacional de España
© Biblioteca Nacional de España

sobre las otras comidas, y las engruessan, y relaxan las hebras del estomago, y las hazen viscosas y deleznables. De donde se sigue, que su virtud retenedora o retentriz se debilita y falta, y su virtud expultrixo alãçadora se fortifica. De ay proviene la Lienteria q̃ son camaras del manjar mismo indigesto. Y esto se entiende que obran en estomagos frios, porque en los calientes, y conuierten se en humos y en colera. Deue se tambien de aduertir, que tal es la pringue, o gordura en su complexion qual es la carne del animal cuya es, assi que es proporcionada al animal del qual se saca. Y porende del animal caliente se saca la pringue, o enxundia caliente. Del humido humida. Y quanto mas el animal excediere en alguna, o algunas qualidades, tanto su enxundia, o pringue subira sobre el tẽperamento, o complexion.

Isac dictis. part. c.29. Pues luego como lo dize Isac. La pringue del puerco es mas humida sin calor manifiesto, q̃ todas las de mas pringues, y gorduras. Assi como la enxundia, o pringue del leon es mas caliente, y menos humida que todas las de mas. Empero la pringue y gordura de la vaca, o buey, es mediana entre

entre la del puerco, y la del leon, y es mas seca que la gordura de la cabra, y la de la cabra es mas seca que la del puerco. Enfin la de la vaca, y cabra, es mas gruessa, y mas de substancia de tierra que ningunas. Y las enxundias, y pringues, de los gallos, y anades, son de mas subtil substãcia que otras ningunas, y son de mayor calor y sequedad que las del puerco. Y hablando en general. Todas las pringues y enxundias de los animales campesinos son de mayor agudez y calor, y de mas fuerte sequedad que las pringues de los animales domesticos y caseros. Todas las enxundias, y pringues de las aues, especial de las que buelã son de mas subtil, y delgada substãciã, que de todas las de mas enxundias. La razon porque tienen mucho de substancia de ayre. Toda enxũdia, o pringue de macho, es mas caliente y seca, que la de la hembra, en su linage. Y porende la pringue y enxũdia de la vaca, y cabra, es de menos agudez y calor, que la del buey y cabron. Y toda enxundia de animal de leche, o de animal que ha poco que se desteto, es de mucha humidad: empero de calor templado. Toda enxundia de animal crecido y jouẽ

© Biblioteca Nacional de España
© Biblioteca Nacional de España

es mas caliente y seca que el de leche y pequeño. Y en toda gordura, o enxundia de animal viejo es mas caliente que de otra edad, y menos humida, y este es el parecer de Galeno. En conclusion tal sera la pringue, qual fuere el animal de donde se saca. De la qual no se deue vsar por via de mantenimiento, sino por via de condimento, para guisar otras comidas. Especialmente se deuen guisar con enxundias, las carnes frias y secas, pues todas las enxundias, y pringues son calientes y humedas. Aunq̃ el Galeno en vna parte aya dicho, q̃ son frias, y en otra calientes. Todo lo sobredicho dixo Isac en las vniuersales, y particulares dietas.

Galen. 4. de simp. medi.

Que carnes se deuan guisar con enxundias.

De la manteca de uacas, que en latin se dize, Butirum, y del azeyte, de oliuas, y de sus propriedades.

CAP. IIII.

EN muchas partes y regiones vsan de la manteca de las vacas en lugar de azeyte. Y no solamente en estos tiempos, pero en los mucho antepassados,

sados, como leemos en Plutarcho en la vida de Iulio Cesar. El qual como cenasse en Milan en casa de Valerio Leon, le fueron puestos vnos esparragos, sobre los quales le echaron en lugar de azeyte, manteca de vacas, y dize que ceno muy a su gusto: y reprehendio a sus caualleros, porque tuuieron aquello por cosa asquerosa. Vsan della muchos de los vulgares, y aun de los principales como por manjar bueno, y aun le alaban por vn muy buen alimẽto, como no lo sea. Pues dize el Auicena que es caliente y humida, y por ende calienta y relaxa, y ablanda, y en estomagos calientes facilmente se haze colera. La causa es, porque es cosa vntuosa y sutil de naturaleza de ayre, y que facilmente se inflama, y por esso no conuiene por via de nutrimẽto, sino por via de medicina. Pues tomando se con almendras, y açucar, vale mucho para ablandar el pecho, y para madurar la tos, y tambien vale para con ella hazer guisados en lugar de azeyte y pringue, y si se guisa el manjar cõ ella sera muy vtil a los enfermos del pecho: empero es muy dañosa a los que son humidos de cõplexion, como lo dixo Rasis. El azeyte se

Auic. 2. can. cap. 114

Ra. 22. cõt. cap. 72.

© Biblioteca Nacional de España
© Biblioteca Nacional de España

gun dize Auerroes, ca si es nueuo, dulce y de oliua, es de mucho nutrimento, y es tẽplado, sino que declina vn poco a calor, engorda el higado, y acrescienta le su substancia, y poreude en nuestras tierras no cozemos las carnes sino con el. Empero Auicena dixo que el mejor azeyte era el Omphancino que es hecho de azeytunas por madurar: del qual dize que es frio y seco en el primer grado. Y el azeyte de azeytunas muy maduras en estremo, moderadamente caliente y que declina a humedad, y dixo el Galeno que era materia de otras medicinas, y que con las frias en fria, y con las calientes calienta, y que es compuesto de sustancia de ayre, y de tierra y de agua. Y assi como las de mas cosas vntuosas derrueca el apetito de comer, y debilitale, relaxa y corrompe los orificios de las venas, humedesce el vientre por su vntuosidad y viscosidad. Y el que es Omphancino, o alomenos tiene alguna stypticidad es mejor, y conforta el estomago, y es mejor para comer que ningun azeyte, como lo dixo Dioscorides. Y como lo dixo Auicena. Empero el azeyte anejo es mas dañoso, y se conuierte facilmente

Auic.2.can. cap.929

Galen.2.de simp.med.

Auic. Ibid.

mente en malos humores. En fin todo genero de azeytes es caliente y relaxa y debilita la fuerça de los neruios, como lo dixo Rasis. Deuemos vsar del por via de cõdimento, para guisar otras comidas y mãjares.

Rasis.3. ad Almã.ca.23.

Del uinagre y de sus prouechos y daños

CAP. V.

EL vinagre, segun dixo Rasis por authoridad de Dioscorides, es frio y seco y stiptico y vtil para el estomago, y prouoca el appetito, refresca, subtiliza los humores gruessos, desseca el cuerpo, aplaca la sed, es fria y tiempla la colera. Y dixo el hijo de Messue, que enfria en grado primero, y desseca en tercero, enmagrece y destruye la virtud, y disminuye el esperma, aunque es frio: tiene tambien no poco calor, lo qual se parece por su Acrimonia y agudez, es dañoso para los melancholicos, y para los neruios. Y porende empece al estomago frio, y a la matriz, y a los miembros neruiosos, y su continuo

Rasis.21.con. cap.304.

© Biblioteca Nacional de España
© Biblioteca Nacional de España

vso daña al higado por lo qual causa hidropesia, enfria prestamente y penetra todos los miembros, haze crecer la melãcholia con su ebullicion, empero ayuda a la digestion, y muchas vezes dado caliente aprouecha contra las medicinas mortiferas y venenosas. Y vsando del en los mãjares aprouecha mucho para en tiẽpo de peste como lo dixo Auicena, es mas cõtrario a las mugeres que a los varones aplacase la fortaleza del vinagre echando en el pã tostado o vn poco d vino: haze se muy suaue cozièdo enel passas las matronas echã en el rosas, o flores de sauco o clauellinas y hanle ansi muy suaue y oloroso y grato al gusto, los delicados echan açucar en el por el estio para comer las ensaladas, aguza se mas su fortaleza si le mezclan pimiẽta clauos, gengibre, y ay algunos que dizẽ que con sal se mitiga su fortaleza es bueno para en tiempo de peste es ayuda para los q̃ caminan largo para las malas aguas para contra toda ponçoña.

Del agraz o de su çumo, y de sus propriedades.

CAP. VI.

El

L Agraz no differe poco del vinagre, aunque parezca que son muy semejantes, porque en el vinagre juntamente con la azedia ay vna acrimonia y resquemazon, lo qual se causa del calor accidental y no natural, causado por su putrefaction y corrupcion, pues se haze del vino corrupto y putrefacto, y porende el calor que tiene es accidental y no natural. Empero enel agraz no ay calor accidẽtal ni preternatural, pues no se engẽdra por corrupcion, ni es sutil en su sustancia, como el vinagre y su frialdad es mas debil, y no se mezclacõ el calor estraño, y por esso es mas vtil y juuatiuo que el vinagre, especialmente para los que tienen inflammacion en el mirrac, y vientre, o para los que en tales partes sienten mucho calor y fuego. Porq̃ la frialdad del agraz es sin molestia, y no fatigosa, ni corruptiua, ni enel ay calor mordaz estraño, como en el vinagre, el qual como diximos, aũque sea frio tiene buena parte de calor accidẽtal mordaz. Empero el agraz, ni es mordaz, ni tan azedo, y es styptico y austero. Y porende es

© Biblioteca Nacional de España
© Biblioteca Nacional de España

es conuenible para el fuego, y calor adherente del vientre, y no el vinagre. Finalmente como lo dize Galeno. El çumo del agraz enfria cumplidamente, y porende es conuenible con estremada ayuda a la inflamaciõ y fuego, y por esso se pone biẽ sobre la boca del estomago, y sobre todo el vientre, y sobre qualquier miembro q̃ tiene necesidad de refrescarse, Enfin concluye, que es bueno para inflammaciones para los colericos y sanguinos, para los calientes de complexion, deuese poner sobre los manjares calientes en tiempo de estio, pues dixo Auicena, que los palominos se deuian comer calientes con agraz. Lo qual no solo entẽdio de los palominos empero y de las de mas cosas calientes en demasia, y que no se deuia echar de la misma manera sobre peces, como muchos lo suelẽ hazer, porque son frios por la agua donde se crian. Empero que los que quisiessen echar agraz, sobre los peces y sobre otros manjares frios, le deuẽ de echar desta manera. Deuen primero cozer el agraz, y no en olla, o vaso de alambre, o metal, sino en olla de barro, o de piedra con canela, clauos, pimienta, açafran, y otras

Aui. 2. can. c. de palumbis.

tras especias semejantes, las quales domẽ y tiemplen su frialdad. De aqui se saca por corrolario, que el agraz no es tan peligroso como el vinagre, y porende puedẽ las mugeres y flematicos vsar del con mas seguridad que no del vinagre. Dize Dioscorides, que su çumo se deue sacar de vuas por madurar antes que nazca la estrella dicho Canicula, y se deue poner al sol en vn vaso cubierto, y este es el agraz mas frio y seco, y mas estiptico. Otros ay que no guardan cosa destas sino que le sacan de vuas que estan medio maduras. Este agraz no es de qualidad tan frio, ni tan estiptico, y es mas cõuenible para los estomagos flacos. En fin segun de la vua que es, y segun el tiempo en que se saca, tiene diuersos effectos, porque aquel agraz es mas aprouado que tira vn poco a citrino y colorado: puede se conseruar mucho tiempo en ollas de barro, o de piedra, o en redomas de vidrio, y ponerlo al sol hasta que hierua algo: despues paniendo vn poco de sal se cõserua hasta otro año, pues de esta manera no se engendrarã gusanos. Dize tambien Campegio que del çumo del alcacel recien nacido o poco crecido mez-

© Biblioteca Nacional de España
© Biblioteca Nacional de España

mezclado vn poco de vinagre o de agraz, y clauos, y canela, o agengibre, se haze al fuego vna muy gustosa y saludable salsa para comer gallinas, o ternera, o cabrito, o carnero, y que es especial para los pies de puerco.

De la miel y su naturaleza, y que complexiones conuenga, y a quien sea dañosa.

CAP. VII.

Auic. cā. 2. cap. 497.

LA miel, segun dize Auicena, no es otra cosa sino vn rocio occulto que cay sobre las flores, y sobre otras yeruas, el qual rocio cogen las abejas. Empero esto fue tomado del Galeno, en lo de alimentis dō de dize: la miel se engendrá sobre las hojas de las plantas, y ni es el çumo dellas, ni el fructo, ni parte, sino es del mismo genero del rocio. Empero ni es cōtinua como el, ni copioso como el, es caliente y seca, como lo dixo Aper. Y como lo dixo Auic. Es muy mūdificatiua, e incisiua, y haze yr por los poros del cuerpo la copia de los malos

Auer. 5. col. Auic. ibidē.

malos humores q̄ estan encerrados adentro, despide las suziedades que estan en las venas. Estorua la putrefacion y corrupcion de la carne. La mejor es aquella que es perfectamente dulce, de buē olor, y que declina a vna Acrimonia y agudez, que pica al gusto, y que tira a roxa, o que es de color de paja, y que ni es sutil ni viscosa, y que no se corte, sino que continue su hilo quando corre, y es mejor la del verano, y no tal la del estio, y muy mala la del inuierno. Abre los orificios de las venas, es manjar conuenible para los viejos, para los frios de complexiō, para los flacos, en los quales causa buena sangre, destruye la flema, y consumela. Empero es dañosa para los mancebos, para los colericos, para los que padescen calentura, para los caliētes de complexion, porq̄ causa en ellos incēdio, y hazese colera y calenturas agudas, especial en tiempo de estio, causa vn humor muy amargo, y parecese por experiēcia: porque si la allegan al fuego en notable espacio se torna de sabor amargo, y si esta crudo sin despumar, causa vētosidad y relaxa el vientre, augmenta la aspereza del pecho por su acrimonia, prouoca a vomito

© Biblioteca Nacional de España
© Biblioteca Nacional de España

mito y camara, como lo dixeron Auicena y Isac en sus particulares. Empero cozida y despumada, tiene mas acrimonia, y pica mas el gusto que la cruda, y no causa ventosidad, ni relaxa el vientre, antes le estriñe, especialmente a los flemmaticos. Y da mucho nutrimento, cozida con suficiente copia de aguas, es más delgada y mas humida, y no pica el gusto, ni es ventosa, ni prouoca a vomito, penetra presto por los cuerpos de los que la comen, ablandan la aspereza del pecho, mueue vrina. Esto dixeron Auicena, Auerroes, Galeno, Isac, en los lugares allegados, mayormente Galeno. Hazense de ella el dia de oy muchos guisados, muchas maneras de frito de sarten y alaxu, y turron, que en latin llaman belleria y en griego estragema: finalmente los regalos despues de la vianda, o manjar en tiempo de inuierno, y segun escriue Atheneo eran principal comida de los Persas.

Del açucar y de sus propriedades.

CAP. VIII.

El

© Biblioteca Nacional de España

EL açucar es caliente y humido en el primer grado, y segun algunos humido en medio del primer grado, como lo dixo Auicena es de menos calor que la miel, y mundifica menos, y no tiene aquella agudeza al gusto que la miel, y quanto fuere mas colorado, tanto es mas caliẽte, y por el contrario, quanto mas blanco, tanto menos es caliente, y este es el açucar que se dize a par de los medicos Tabarzet, y este açucar es el mas preciado en vniuersal. Todo açucar es caliente en fin del primer grado y humido en el mismo, pero el açucar mas añẽjo es mas seco, y quanto mas añejo se haze, tanto mas se consume su humidad, y se deseca. Ablanda, es lenitiuo, mundificatiuo, lauatiuo, subtiliatiuo y no es inferior a la miel en alimpiar, y mũdificar, y mientras mas se añeja, tanto mas se subtiliza no causa sequia como la miel, conuiene al estomago y alimpiale por la virtud abstersiua que tiene. Empero empece y daña a los que tienen colera en el estomago, porque con su dulçura la irrita. Y dixo Rasis por authoridad de Bimasui, que el açucar negro, o colorado es

Auic. 2. cã. cap. 497.

Rasis. 3. ad almãs.

Pp calien

© Biblioteca Nacional de España

caliente y humedo y que el anexo es caliẽte y seco, y que es bueno para las ventosidades del estomago, y que si se toma con azeyte de almendras es vtil para la colica pasion, y para la flema del estomago, y que causa sequia. Pues luego tengase por conclusion, que los mancebos y jouenes ycoliricos, huyan de açucar bermejo o negro, y de las confituras y cóseruas hechas con el. Pero vsen de açucar blanco lo mas que se pudiere hallar, y de las conseruas, y confituras hechas con el, porque es mas fresco y mejor, si el que huuiere de vsarlo no es frio o flematico, como son las mugeres; y en inuierno, y en tierra fria. Y dizen algunos phisicos, que el açucar desopila el higado, como lo dixo Auicena. Tengase tambien por conclusion, que las conser-

Auic. 2. cã. cap. 251.

uas, confituras, composiciones hechas de açucar, mientras fueren de mejor, y mas blãco açucar, tãto seran mejores y menos dañosas, aunque las tales composiciones cuesten al doblar, que las que se hazen cõ açucar moreno, o roxo, porque muchos engañan en esto a muchos en buen mercado, como le acontescio a vn vezino mio muy gran regaton, y muy rico, el qual como

mo hiziesse vnas bodas de vna hija suya, fue a Toledo, y hincho vn caxon de todo genero de confituras, porque a su parecer le costaron barato: y como boluiesse a su casa dixo. Ves aqui hija que cosa es comprar bien, y entenderse bien con Toledanos, mira que traygo a qui por obra de se senta reales, y abriendo el caxon, no hallo de toda la confitura sino vna harina molida y desmenuzada, sin almirez. Parose el viejo muy auergonçado, y conocido su auaricia, se empeço amaldezir. Hazẽse con el azucar el dia de oy con la flor de la harina de Candeal, y con piñones, alfocigos, almendras, auellanas, diuersas maneras de panificios de diuersos sabores, y de diuersas figuras: porque hazen tortadas en las quales algunas vezes ponen guindas, otras vezes diuersas yeruas, algunas vezes añadiendo leche, otras vezes sin leche. Hazen aquel panificio tan nombrado, y commun que se dizen maçapanes de de hueuos, leche, flor de la harina: las quales mixtiones turban el estomago, porque lo dulce se buelue colera, lo azedo y frio flemma. Viene a nuestras partes gran copia de cosas hechas de açucar de la

© Biblioteca Nacional de España
© Biblioteca Nacional de España

Isla de la Mardera adonde ay gran cosecha de açucar: finalmente casi no ay manjar adonde no se eche açucar.

CAP. IX.

Del arrope que en latin se dize Sapa, y del uino cozido, que los Barbaros dizen Rob uini.

L Arrope llaman los barbaros Rob, y los Latinos carenũ y Sapa, haze se del mosto cozido hasta que se haga espeso, porque ay quiẽ diga, que quando el mosto se cueze hasta que se gaste la tercera parte, se llame Carenum, quando hasta la mitad, *Rob uini*, en latin, *defrutum, & uinum coctũ*. Quando hasta que se haga espesso, a Sapa, que es el arrope. Finalmente el arrope, es lo que dizen Carenum, y Sapa, como se piensa es caliente y seco en segundo grado, porque aunque por su cozimiento adquiera vn calor accidental, empero resuelue se no pequeña porcion del calor natural suyo, es de dura digestion gruesso, y vẽtoso, y si se digiere da mucho nutrimento, es vtil a los que tienen passion en el pecho y pulmones, y a los que tienen vlceras, o llagas en los riñones, y vexiga, es mundificatiuo y consolidatiuo, puesto en emplasto con saluados y sales mitigatiuo de dolor, y madura las apostemas, vsase muy biẽ del para dar sabor y dulçor a los de mas manjares, echando lo en poca quãtidad, y mezclandole con agraz, o vinagre, porque se tiemple su calor, porque tambien el agraz, o vinagre pierdan de su frialdad. Finalmẽte, deue se vsar por via đ cõdimẽto para dar sabor a otros mãjares, y no por comida, porq̃ como dize el Gal. daña al higado y baço, anssi por su dulçura, porq̃ todo dulce opila, como por su grueso nutrimento. Y por ende opila higado y baço alomenos, es dañoso para las oppilaciones destos miembros que prouienen de humores gruessos y por ende se deuen guardar del los achacosos de opilaciones, de higado y baço. Todo lo sobredicho dixerõ Galeno, e Isac al fin de sus dietas particulares. Dixe que lo dezia el Galeno, porque lo que dize del vino dulce, se entiende con mayor razon del arrope. Pues si como el dize, el vino dulce por ser

Emplasto đ arrope para las apostemas.

Ga. 3. uictus accuto.

© Biblioteca Nacional de España
© Biblioteca Nacional de España

dulce y de grueſſa ſuſtancia opila el higado, mucho mas lo hara el arrope pues es mas grueſſo y mas dulce.

De la ſal, de ſu naturaleza y propriedad para dañar, o aprouechar.

CAP. X.

LA ſal, ſegun lo dize el Galeno en el libro de vſu reſpirationis, por authoridad de Ariſtoteles no es otra coſa ſino vn cierto genero de tierra encendida: empero no ſe halla adonde diga tal el Ariſtoteles, aunque claramente ſe ſaca de ſu doctrina, en el libro de ſenſu & ſenſibili, y del ſegundo de los Meteoros. Tiene primado entre todos los condimentos para dar ſabor a los mãjares, ſegun Auicena, es caliente y ſeca en ſegundo grado, y quanto mas es amarga, tanto es mas caliente, ſegũ Iſac, en ſus particulares. Tiene dos propriedades. La vna propriedad es para hazer colar, y para diuidir y cortar: La otra propriedad para

rauñir y eſtreñir, o apretar, y por eſſo la ſal deſeca haſta en tercero grado, anſi por la propriedad de colar y cortar, como por la de juntar y apretar. Es de dos maneras. Porque vna es ſal de la mar, o marina, y otra es ſal metallica, que dizen ſal pedres. o ſal piedra. Otra añade el Galeno, la qual ſe haze en muchos lugares, quando las aguas vn poco ſaladas ſe deſecan. Y eſte genero de ſal es el que communmente ſe haze en ſalinas, que ſon vnas lagunas, en las quales la agua marina ſe deſeca en tiẽpo de eſtio. Deſta dize Galeno, que mundifica mas, y que eſtriñe y aprieta menos. Empero dize, que la ſal pedres que el llama ſalfoſsilis, y algunos ſal Metallica que aprieta, y condenſa mas, y aun es la mas excellente ſal de todas, eſpecial la que carece de chinas y es clara y liſa, y y gual. La ſal marina, o de las ſalinas no es tal, empero la q̃ fuere algo roxa es la mejor, porq̃ la blãca muchas vezes ſale amarga como ſe vee por experiencia, ſino es la que por cozimiento ſe purifica, porque en tal caſo la que ſale mas alba y blãca es la mejor. Finalmente en vniuerſal, da a los mãjares ſabor y la humidad que halla, la junta y

© Biblioteca Nacional de España
© Biblioteca Nacional de España

estriñe y conserua, quita el hastio de los manjares, aguza la gana del comer, deseca la humidad del cuerpo, preserua de corrupcion, derrite los humores elados y espessados, es vtil para el cuerpo flematico: pero q̃ma la sangre del q̃ mucho la vsa, debilita la vista, desminuye la esperma, engendra comezon y sarna, alimpia y aprieta, mezcla se bien en los manjares frios, y mudaseles su naturaleza en calientes y secos. Y porende es buena en los manjares frios y humidos: y conuiene en las carnes muy gordas, como lo dize Isac. Y dize mas que la carne muy gruessa no se deue comer sino assada y con mucha sal, y que los muy gordos, y gruessos manjares, y los desabridos se deuen adobar con mucha sal, en especial si los que los han de comer fueren flematicos, oviejos, como lo dixo el Galeno. Empero los mancebos, los colericos, los magros de pocas carnes, se guarden como del enemigo del superbo vso de la sal, y de cosas saladas en especial en tiempo del estio. Es tan necessaria a la vida humana, que segun dize Plinio, es su elemento de tal suerte que naturalmente a qualquier hombre gracioso dizen que es vna sal,

Gal 5. de sa nit. tuend.

sal, en algunas partes adonde no ay mas que pan, le comen con sal. Tiene gran prerogatiua para conseruar los dientes si en ayunas lo tienen debaxo la lengua hasta que se dessolia. Los que no comen sal en los manjares les hiede el aliento, y porende dizen que a los Iudios les hiede el aliento. Dixe al principio, que dizia Galeno en el de vsu respirationis, que la sal era tierra encendida, entiende se en el libro espurio, que a el se le atribuyo, porq̃ en el libro ligitimo suyo de vsu respirationis, no trata della.

Del anis, y del eneldo, y de sus propriedades por uia de condimento para guisar manjares.

CAP. XI

Ale. dixo. El anis en su agudez, o acrimonia, es cercano a las medicinas que resqueman, o aduẽ, y es en tercero grado de sequedad, y dela misma manera en calor. Y porẽde como el dize, prouoca a vrina, aunque Auicena dixo, que era calien-

Galen. 6. de simp. med.

Auic. 2. cã cap. 1.

© Biblioteca Nacional de España
© Biblioteca Nacional de España

te en segundo grado, y seco en tercero, es abridor con sutilidad, y aplaca el dolor, resuelue y ẽtosidades. Prouoca y aumẽta la leche, quita la sequia de los hidropicos: como dixo Auicena y Rasis por autoridad de Dioscorides en el su continente.

Auic, ibidẽ. Rasi. 2. cõti. cap. 130. Es vtil a las opilaciones del baço y higado, mundifica, y alimpia la madre de sus superfluydades blancas, irrita a luxuria, alança a fuera la ponçoña beuida. En fin es de sustancia de fuego, la qual predomina sobre ello, y paresçese por la agudez de su gusto, y su poquito de dulçara, prouoca a vrina y a sudor comido en ayunas quita el hedor de la boca. Y segun algunos haze el rostro de moço con açucar, y del se haze la grajea la qual despues de los manjares dexa vn buen olor: puesto en pan le da mucha gracia y olor, los syrios guisan con el las calauaças cozidas con vinagre. El eneldo es de su complexion caliente entre el segundo y tercero grado, y seco entre el primero y segundo, es maturatiuo de humores frios, aplaca el dolor, es resolutiuo de ventosidades, prouoca sueño, si se come contino, enflaquesce la vista, haze abundar la leche, si se come enel caldo ablan-

ablanda el vientre, es dañoso para el estomago, causa vomitos y ascos (como lo dixerõ Galeno, Isac) y porende no es bueno para adereçar los otros manjares, sino que es puro medicinal.

Del culantro, y de su naturaleza y propriedad para condimentos, o guisados.

CAP. XII.

EN el libro de simplicium facultatibus reprehende el Galeno a Dioscorides, porque dixo, que siendo el culantro frio resoluia los lamparones, porque dize que es imposible que con su frialdad ensuelua y consuma los lamparones, pues no ay cosa fria que esto pueda hazer. Empero si el mirara y considerara lo que el mismo dixo del culantro en el mismo capitulo, por ventura se detuuiera en reprehenderlo. Porque segun el mismo lo dixo, el culantro es compuesto de contrarias virtudes, porque tiene substancia de fuego, lo qual se parece por su amargor y substancia de tierra: lo qual se

© Biblioteca Nacional de España
© Biblioteca Nacional de España

se parece por su estipticidad, o estreñimiento, y no tiene poca substancia de agua, por lo qual causa algun estupor, o adormescimiento. Assi que siendo esto verdad, como el Galeno lo dize, possible sera que segun la sustancia sutil, profunda y penetrante, resuelue los lāparones, y no segun la sustancia fria de tierra y de agua. No se pudo detener el hombre amigo de reprehēder de morder a otro. Dixo tambien que era caliente apredominio: y pro uolo, porque dixo que era amargo, como aya cosas algunas frias: empero amargas, como es la achicoria, la rosa, y finalmente el apio. Y porēde no solo fue contra Dioscorides, empero casi cōtra toda la caterua de los medicos. Pues tambien lo dixo Rasis anſi. El culātro verde es frio, y no se đue comer đl mucho, acasoa carreara muerte. Tomado en poca quantidad, haze el effecto de la lechuga, y no humedesce. De dō de se saca que es frio y seco, tambien se saca esto del Paulo Aegineta. Pues dize, que causa ronquedad, y perturba el sentido semejantemente que se perturba a los borrachos, y porende mando dar contra el, vino puro con axenxos. Desto se saca cla

Rasis. 3. ad alm. c. 19.

Paul. lib. 5.

claramente de su parescer que es frio. Empero Auerroes dixo que era caliente en primer grado, y Auicena dize, El culantro segun algunos es frio en fin del primer grado, y seco en el segundo: Empero a mi parecer es seco y declina vn poco a calor, en lo qual quiso excusar al Galeno Finalmente tiene estipticidad y estupor, que es adormescimiento, y tiene propiedad đ detener los vapores no suban a la cabeça, y porende se pone en los mājares de los epileticos quiero dezir, delos que padescē gota coral, por humos, y vapores que suben a la cabeça, Es vtil para la perturbacion del celebro, o escotomia causada por los humos colericos que suben del estomago, su continuo vso causa obscuridad en la vista, es cōuenible al temblor del coraçon de causa caliente, es tardo de digestion, empero conforta el estomago caliēte, aplaca la azedia q̄ se haze despues del manjar, y su simiente seca, doma el apetito dela luxuria, y la erecion de verga, de seca la esperma segun Dioscorides, con harina de hauas deshaze los lamparones. Todo lo dicho dize Auicena, en el lugar allegado, y Isac dixo, en sus particulares die

Auer. 5. col. Auicena. 2. cap. 144.

Escotomia es perturbacion del sentido, que parece andar ala redonda

© Biblioteca Nacional de España
© Biblioteca Nacional de España

dietas, q̃ cõcilia sueño despues de comer. Hazese muy saludable para la cabeça y estomago si le tiemplan en vinagre, y despues le tuestan, y le confitan con açucar. Llaman le culantro preparado.

De la canela, y de su naturaleza y propriedad, para usar della en guisados.

CAP. XIII.

LA canela que se dize commũmente cinamomum, tiene substancia subtil, y delgada de naturaleza de fuego, de la qual procede aquel aromatico olor que tiene. Es tambien de substancia alguna de tierra, dela qual procede aquella stipticidad que tiene, y no carece de substancia y naturaleza de ayre: lo qual se parece por su leuedad. Y segun Paulo en su septimo libro, es de vltima, y perfecta subtileza, y delicadez en substancia, pero no es vltimadamente caliente, sino hasta en tercero grado, y no ay medicina ni droga q̃ caliẽte y deseque cõ tanta delicadez y subtileza de substancia como ella. Lo mismo

mo dixo el Galeno. En fin ella es vna de las medicinas en las quales se hallan olor aromatico, estipticidad, acrimonia, y tiene tan notable complexion que fortifica todos los miembros, segun Auicena. Su calor es puro y sin mezcla, y allega al tercero grado. Y ni mas ni menos su sequedad es aperitiua, attractiua, corrige toda corrupcion y podredumbre y materias sanios as de los humores, es subtil a la escuridad de los ojos, ansi comida como puesta por collirio, conuiene para la tosse, alimpia el pecho, abre las opilaciones del higado confortale. Y ni mas ni menos al estomago, y deseca su humidad. Es conuenible a las mordeduras de los animales põçoñosos, prouoca vrina, ayuda a la digestion, alança la ventosidad, añade esperma aguza la vista de los ojos si estan escurecidos, por algunas humidades, deseca la humedad del estomago y cabeça, y porende deuemos vsar della para guisar los manjares, especialmente si son frios y humidos superfluamente, y si son dañosos para el estomago y cabeça, porque sera muy buen correctiuo para les quitar esta malicia. De la India de Quito se trae cierto genero de cane

7. de simpl.

Aui. 2. can. cap. 128.

© Biblioteca Nacional de España
© Biblioteca Nacional de España

canela muy differente en figura de la nuestra, aunque en la fragrancia y sabor, y effecto es la misma, es cierto fructo de arbol como laurel es a manera de hongo, porq̃ tiene vna copita como sombrero tiene los mismos effectos que la nuestra. Vale mucho para la malicia d̃las malas aguas y contra peste.

Del açafran, y de sus propriedades y naturaleza.

CAP. XIIII.

L açafran segũ escriue Paulo Aegineta, es caliente en segundo grado, y seco en el primero. Lo mismo dixeron Auerroes, y Auicena, y segun Galeno, su calor es mayor que su estipticidad, o austeridad. Tiene vna propriedad que no haze en el humor alteracion, antes le conserua en su qualidad, corrige lo corrupto, conserua las entrañas, o miembros interiores, causa buẽ color, alegra el coraçon. Pero causa dolor de cabeça, prouoca a sueño, escurece los sentidos, causa alegria, aun

aunque mueue ascos porque es contrario a la acetosidad que haze apetito al estomago: pero conforta el higado, y estomago, porq̃ es estiptico, y es bueno para el baço, irrita a luxuria, mueue vrina, y beuido con vino cozido quita la borrachez como lo dixo Rasis, por autoridad de Dioscorides. En fin como lo dixo Galen. en el açafran ay estipticidad por la parte de tierra que tiene, y como juntamente caliente, ayuda a digerir, y estriñe, quita la facultad de la respiracion, y es malo para el celebro, y tiene propriedad para, q̃ se apresure el parto en tanto grado, que dixo Cõstantino que el lo auia experimẽtado muchas vezes en mugeres de parto, y que luego endando selo en quãtidad de dos dracmas, hazia venir la cria en la misma hora. En cõclusion no se deue vsar del para guisar los manjares sino en poca quantidad, porque quita la gana del comer, como lo dixo Rasis por autoridad de Bimsaui, y como lo dixo Alcanzi. Haze daño a la cabeça, como lo dixo Galen. y daña la vista. En especial haze daño a los colericos, a los exercitados, a los trabajadores, y mas en tierra caliente en el estio, porque encẽ

Rasi. 22. cõ cap. 354.

Gal. de cõposit. secundum locos.

© Biblioteca Nacional de España
© Biblioteca Nacional de España

de mucho. Deue se aduertir, que aunque es verdad, que vsando del en mucha quantidad, causa ascos, y quita appetito. Pero en poca quantidad con otras especias aromaticas, antes mueue gana de comer, como se vee por experiencia en los guisados.

De los Clauos, y Ganga, y cominos, alcaraues, en quãto toca a guisar las comidas cõ ellos para que no hagan daño.

CAP. XV.

ALgunos vsan del comino en sus guisados, y les haze buẽ estomago, es caliente y seco en tercero grado, y tiene estipticidad, como dize Dioscorides: que el comino molido y amassado con harina de hauas, y con passas, es bueno para la hinchazon de los compañones: dize que muda el color del cuerpo y le torna amarillo como tambien lo dixo. Plinio, aplicado con vinagre, detiene el demasiado fluxo de sangre, no es bueno para guisados, aunque muchos de los vulgares le vsan. Porque para delicados estomagos es de horrible gusto, y sabor, y porende los nobles, nunca vsan del, sino los labradores y rusticos, Del qual y los ajos hazen vna salsa, llamada ajocomino, muy dañosa para la cabeça y higado, y riñones. Especial si los que la vsan son colericos, y caliẽtes, quema la sangre enciende la colera, empero aprouecha si se come maxcado con vnos tragos de vino puro, despues de auer comido duraznos o melocotones, o priscos, o melones. Y esto se ha de entender en estomagos frios y flematicos. La alcaraues es caliente y seca en el mismo grado, pero es muy mas grata al gusto y estomago, y mezclase en los manjares, como lo dixo Dioscorides. Resuelue ventosidades, ayuda a la digestion. Enfin tiene las propriedades de los cominos, sino que es mas agradable al paladar. Llamanla en latin Carui. Los garofilos que llamamos clauos, son calientes y secos en segundo grado, y allegan a caletar en tercero, como lo dixo Auerroes confortan los miembros principales, valen contra passiones frias aprietan el viẽtre, confortan la virtud digestiua, como

Dioscor. lib. 3.

Dioscor. ibidẽ

Auic. 5. col

© Biblioteca Nacional de España

© Biblioteca Nacional de España

lo dize el Galeno. Ni mas ni menos el eſto
mago y higado, y dan buen olor, ſon vti-
les para el vomito y aſcos, como lo dixo
Auic.2.can. cap.318. Auicena. Son vtiles para guiſar manjares
frios y humedos, porque les dan buen o-
lor, pero deuenſe echar en poca cantidad
porque en mucha hazen amargar, cauſan
demaſiado calor, deuenſe dar a los frios y
flematicos en inuierno atrauesados en
las lenguas de vacas y en ſus vbres y en
los higados de terneras dan muy buen gu
ſto, y corrigen ſu groſura, ſon muy buenos
para poner en conſerua de peras, y de
membrillos y duraznos, cauſan buen olor
de boca. Tambien entre ſeñores vſan gui-
ſar manjares con vna rayz llamada Galan
ga, la qual es tan grueſſa como canela, y
ſu corteza es colorada, y de dentro poluo
roſa, traeſe de Scitia, es caliente y ſeca en
ſegundo, ſegun Auicena, y Iſac, caliente y
ſeca en grado tercero, es de ſuſtancia ſub-
til reſolutiua de ventoſidades, da buen o
lor en la boca conuiene el dolor de los ri-
ñones, engendra eſperma poderoſamente
y teniendoſe della vn pedaço en la boca,
cauſa erection en la verga. Y dixo Aben
Meſue. Meſue que conuiene para la ſubſtancia del

del eſtomago, confortale, ayuda a la dige
ſtion, conuiene a los flematicos, a las hu-
midades del eſtomago, a las azedias y re-
gueldos azedos, ala retencion de la vrina
como lo dixo Raſis: Pues luego deue ſu *Raſis.4. aphor.*
poluo echarſe en los guiſados de los man
jares frios, como lo diximos de los clauos
ſino vuiere temor del eſtimulo de la luxu
ria.

De la nuez moxcada, pimienta, agengibre, y de ſus propriedades, para guiſar.

CAP. XVI.

A nuez moxcada, co-
mo lo dize Auicena, es ca
lida, y ſeca en fin dl ſegũdo *Auic.2.can. cap.503.*
grado, tiene eſtipticidad,
cõforta el eſtomago y higa
do y baço, al qual adelgaza
prouoca vrina, es buena y vtil para los flẽ
maticos y melancholicos, esfuerça la boca
deleſtomago, cauſa olor đ boca detiene el
vomito, aprieta y eſtriñe el vientre. La me
jor es la colorada, grueſſa, peſada: la peor
es la negra, liuiana, ſeca ablanda la apoſte

© Biblioteca Nacional de España
© Biblioteca Nacional de España

Meſue. ma dura del higado. Aben Meſue dixo, q̃ era caliente y ſeca entercero grado: y que es buena para el eſtomago y higado frios: empero no para los colericos y calientes: los quales ſe guarden del frequente vſo della, porque cauſara inflamacion en el higado y baço, y cauſara itericia. De la pimiẽta dizen algunos, que como ſea de tres eſpecies, luenga, blanca, negra. La luenga es el razimillo donde eſta la pimienta, que por aca ſe vſa: el qual ſi ſe coge antes que los granos maduren y ſe hagan grandes, es la pimienta luenga, y eſta es caliente y humida, porque es la verde quando empieça a naſcer el fructo: empero ya quando el grano ſe haze grande, pero no eſta maduro ſino por madurar. Se dize la pimienta blanca, porque es deſte color haſta que madure. Empero quando eſta ya madura, entonces es negra, y dizeſe pimiẽta negra, y eſta es la vſual que tenemos. Deſte parecer fue Auerroes, y Auicena, por autoridad de Galeno. En general la pimienta es caliẽte y ſeca en medio del quarto grado, como lo dize Auicena, y no ay coſa que ſe le yguale en calentar los neruios y muſculos, mueue apetito, y ayuda al do-

Auer. 5. col. Auic. 2. cã. cap. 553.

dolor del vientre, y a la ventoſidad. Empero la pimienta blanca es mas conuenible al eſtomago, y le conforta con mas fortaleza. La pimienta luenga eſpecialmente la que traen de Veragua, y de tierra firme porque eſta tiene mejor guſto y pica mas. Haze deſcendir preſto el manjar al lugar de la digeſtion, y deſeca con leuedad, conſume la eſperma, y anſi la blanca como luẽga augmentan el deſſeo de la luxuria, porque tienẽ cierta humidad ſuperflua. Finalmente la pimienta vale para la toſe antigua de humores grueſſos, alimpia el pecho, y eſtomago, y pulmones de flemmas grueſſa, prouoca a vrina, y fue ſentẽcia de Raſis. Que anſi como la pimienta haze vrinar, aſsi el agengibre mueue a camara. Pero ſegun el Galeno. La pimienta blanca es mas confortatiua del eſtomago que la negra. Finalmente ayuda a digerir la comida, alimpia, atray, deſeca, y es dañoſa para perſonas calientes, y colericas. Y affirmo Raſis, que la pimienta luenga era caliente y humida, deue ſe entender de vna humidad accidẽtal que tiene de ſer cogida verde antes que crezca. Lo qual es mas verdad en la pimienta que dizen de Indias

Raſis. 4. aphoriſ.

Gal li. 4. de ſanit. tuend.

Raſis. 22. cont. c. 577

© Biblioteca Nacional de España
© Biblioteca Nacional de España

pues tiene cierta humedad accidẽtal esta se pone en los xardines es muy hermosa en su color y mueue mas el appetito que es otra pimiẽta es fructo largo y roxo de figura pyramidal, piensan los labradores q̃ refresca y porende la vsan en el estio, el qual error se deue mucho euitar. Tẽga se pues por conclusion, que en tiempo de inuierno en personas frias: y echada en manjares frios y humidos, es muy conuenible para guisados, salsas: especialmente cõuiene a hõbres gordos y flematicos, q̃ estã llenos de humores gruessos viscosos y frios causados por razon de indigestion. El agengibre que en latin se llama Zinziber: es semejante en su operacion, a la pimienta, ansi en no obrar sino permutandose y actuandose por el calor de nuestro cuerpo, como por ayudar tambien ala digestiõ y calẽtar, y ponerse en los guisados frios y humidos. Empero como lo dize Auerroes, no calienta tan prestamente como la pimienta: porque aunque sea caliente en tercero grado, tiene mucha stipticidad y humidad, y porende muchas vezes se carcome y pudre, la qual humidad aunq̃ al sentido no parezca, empero esta en el ocul-

Aue. 5. col.

occultamente: porque claramente tiene sequedad y calor en tercero grado, como lo dixo Isac en sus particulares, segũ Auicena. Es caliente en fin del tercero y seco en el segundo. Y dize q̃ por la humidad q̃ alcança es mas durable su calor que no el dela pimiẽta: Es lenitiuo dela naturaleza y resolutiuo de vẽtosidad, es vtil a la frialdad del estomago y higado. Especialmente si esta rehumedescido de comer fructas humidas y verdes, como de melones, pepinos, duraznos: irrita a luxuria, humedece el vientre, ayuda a la digestion, y regala al cuerpo. Echado en guisados vale a la escuridad delos ojos: es vtil a las opilaciones del higado que vienen por frialdad y humidad. Empero adereçado con miel pierde su humidad y es caliente y seco: solamente porque la miel le quita su humidad: y ansi prouoca mas a luxuria, acrescieta el calor del estomago cõuiene para viejos y flematicos vsando del en manjares: y cõuiene para las azedias del estomago, y para su ruyn digestion y mollificacion, como lo dize Mesue en su quarta distinction, haze presto passar el manjar al higado y cuerpo: y paresce que su poluo es cõ

Auic. 2. can. cap. 240.

Mes. 4. dist.

© Biblioteca Nacional de España
© Biblioteca Nacional de España

uenible para los guisados de cosas frias y gruessas.

Que trata del sabor y qualidad de los manjares, y quantas uezes se ha de comer en el dia.

CAP. XVII.

EN los manjares se deuen considerar tres cosas, substancia, qualidad, quantidad. En quanto toca a la substancia se consideran tambien en tres maneras, porque o son gruessos, o subtiles, o medianos. Los gruessos conuienen a los exercitados, y hombres robustos, y de complexion calida, dañan a los holgados y regalados, a los frios y poco calidos: tales manjares son las carnes de las vacas, cabras, liebres, puercos, entre peces atun, sabalo, congrio. En las semillas, lentejas, vellotas, castañas, habas, hongos, o setas, hueuos duros, o fritos, pan medio cozido, o recozido, datiles, todo genero de seso, leche recozida, queso añejo, higado de carnero, o cabron: todos estos alimentos son de

de gruesso mantenimiento, los quales en hõbres holgados y flacos, causan opilaciones, humores gruessos destruyen la sanidad. Empero en los robustos y exercitados augmentã la fuerça, dan mucho alimto especialmente en inuierno, porque se recoge el calor adentro. Empero los alimentos subtiles causan lo contrario, porque conseruan la sanidad, empero mantienen poco, dan poca fuerça, tales son, pollos, peces pequeños, hueuos blandos, lechugas, manos de cabrito. Los mejores matenimientos de todos, son los medianos entre los gruessos, y los subtiles: quales son gallinas, faysanes, capones, perdizes, pichones, tortolas, çorzales, cabritos mierlas, peces de entre piedras, como son, truchas, reos, bermejuelas, pan bien sazonado, higados de ansarones, y de pollos, vuas, y higos bien maduros, Entre las ortalizas, esparragos, escarolas, todo genero de vino clarete y no muy anejo, todas estas cosas son de sustancia mediana, y engendran buena sangre y buen nutrimento. En conclusion, los mantenimientos subtiles son conuenibles alos flacos a las mugeres delicadas, a los holgados y

daño

© Biblioteca Nacional de España
© Biblioteca Nacional de España

dañosos, a los trabajadores, a los exercitados, a los robustos y varoniles. Los medianos son conuenibles a los muy templados, a los que se exercitã por su passatiempo, y no se fatigan. Esto dixo el Galeno enel libro de solutione continua, Isac Haliabbas. Auicena. En quãto a la qualidad que huygamos de los mantenimientos calidos, especial en estio, en complexion caliente en tierra caliẽte, pero no en inuierno en complexiõ fria, en tierra fria. Tambien nos hemos de guardar de comer las viandas muy calidas reziẽ casadas del fuego, empero no hemos de entẽder q̃ se coman tibias sino calidas, y no excessiuamẽte: porque los alimentos tibios mollifican y relaxan el estomago, como lo dixeron Galeno Auicena. Ni tampoco se deuẽ dar frios, porque la frialdad es muy contraria a nuestra naturaleza, como lo dixo el Galeno, y Hippocrates en el quinto de sus aphorismos. Y Isac. Ni deuen ser muy humidos sino templadamente, sino fuesse en naturalezas muy secas, ni deuẽser muy secos, porque como dize Isac. Los alimentos secos son muy malos, porq̃ juntamente con ser duras de digestion, hazẽ mãteni-

Gal. libr. de solutio.
Isac. di. uni. cap. 8.
Ha. 5. theo. cap. 14.
Aui. 3 part. doct. 2. ca. 7
Galen. 2. ad gla.
Auice. 1. 4. cap. 26.
Hip. 5. aph.
Isac die. uni. cap. 5.

tenimiento seco, Porq̃ como dize el Galeno. Todas las cosas secas consumen la humidad de la sangre, y la engruessan. Enfin conuienen solamente por via de medicina para los que son superfluamente humidos, por lo qual el alimento frio se deue corregir con el caliente, y el humido con el seco, y por el contrario al reues, porque los alimentos destemplados, sino se corrigẽ causan enfermedad y acabã. Y porẽde dixo Auicena. *Frigidum nutriens sicut cucumer. &c.* El mantenimiento frio, como es el cohombro y calabaça, tiemplese con su contrario como con ajos y puerros. Y dixo mas abajo, aquien dañan las cosas dulces beua cosas azedas, y al contrario: y por esso dixo en los canticos. Los manjares se deuen mezclar los humidos con los secos los dulces con estipticos, o con los azedos. Y si por caso fuere alguna cosa seboſa y gruessa, mezclase con ella sal, o pimienta o especias, porq̃ se subtilize su grosseza. Y por esso dixo Isac. La carne que de su complexion fuere calida, comase con çumo de naranjas, y limones, y con agraz, si fuere seca comase con vinagre, mezclado con çumo de calabaças, o lechugas. Finalmen

Ga. 5 de sim.
Aui. 3. par. doct. 2. c. 7.
Aui. p. 2. cã te. tex. 19.
Aui. cã. p. 2. textu. 19.
Isac. die. pa. c. 14.

© Biblioteca Nacional de España
© Biblioteca Nacional de España

mente el melancholico, vse de cosas calidas y humidas, el colerico, de cosas frias y humidas, el flematico de cosas calientes y secas, el sanguinos de templadas, segun el excesso de la complexion de cada vno, como lo dixo el Galeno. En quanto toca a la quantidad, digamos con el eccleſiastico. *Propter crapulam multi obierunt qui autem abstinens est adijciet uitam.* Por la mucha repleccion muchos murieron, pero el templado y abstinente añadira dias de vida. Lo mismo dixo Auicena, y Galeno. *Redundantias morbus sequitur.* De las redundãcias se sigue la enfermedad. Finalmente, como lo dixo Galeno. Deue obseruar moderacion en los manjares, de suerte que se haga medida cõ la virtud digestiua. Porque aunque el manjar sea bueno en si conuenible al cuerpo, empero por su copia debilita la digestiua, y estomago, y por esso engendrar se ha de mal mantenimiento, causa de varios males: porque ansi como con el mucho azeyte se mata la llama, ansi con la repleccion se ahoga el calor natural. Empero como lo dize el Galeno. La quantidad medida y considerada que a cada vno conuiene, ni se puede dezir con lengua ni escreuir

Gal. 2. de sanitat. tuen.

Aui. 3. par. doct. 2. c. 7.

Gal. 2. aph.

Gale. lib. de solut. cõti.

Galen. 2. de simp. med.

uir con pluma, sino por sola experiencia. La señal que el manjar recebido en el estomago, es commensurado y proporcionado con su virtud digestiua, es como dize Auicena, que el tal manjar no cause pesadumbre, ni nade, ni mueua asco, ni cause appetito canino, ni pereza, ni poco sueño, ni que aya regueldos con los quales se sienta su sabor, qualquiera accidente que destos aya, es señal que el mantenimiento no ha sido proporcionado con la virtud digestiua. Empero el Galen. dixo que era muy difficultoso y quasi imposible, q̃ el manjar nunca haga pesadumbre y grauedad en el estomago rezio. Empero vengamos a dezir de las vezes que se deue comer al dia. Y dezimos segun toda la caterua de los medicos, que en esto se deue obseruar la costumbre que cada vno ha tenido. Porque como dize Hyppocrates, los que acostumbraron a comer dos vezes al dia estos tales sino vuieren comido a su hora, se han mal, pueden poco, y estan timidos, quiere dezir, que aborrecẽ hazer, lo que suelen, y estan perezosos para qualquiera obra tornan se cardiacos, quiere dezir segun Galeno, en el Comaque sienten

Auic. 1. par. doct. 2. c. 7.

Ga. i. ad gla.

Hipp. lib. de uict. acuto.

Gal. ibi. cõt.

© Biblioteca Nacional de España
© Biblioteca Nacional de España

ten vaſcas en la boca del eſtomago. Y la razon, porque ſube luego mucha colera a ella. Finalmente las hezes del vientre ſe les ſecã y aſſan por el mucho calor, y el cuerpo ſe les ſeca y enciende, y a algunos les amarga la boca, los ojos ſe les çumen y las ſienes les pulſan, las extremidades ſe les enfria: porq̃ el calor ſe ſube al eſtomago. Todos eſtos inconuenientes pone Hipocrates y Galeno en los que no comen a ſu hora. Entiendeſe quando ſe eſtã por comer haſta muy tarde. Cõ todo eſſo Auer. dize. Que a los templados y bien acompli xionados conuiene comer en dos dias tres vezes. Lo miſmo dixo Auicena. *Exuicibus ſatiãtis comeſtionis eſt, ut homo una die ſemel & alterabis, mane ſcilicet & ueſpere comedat.* Quiſo dezir, las vezes de la comida que ſatisfaze, ſon comer vn dia vna vez, y otro dia dos. La razon que da Auerroes es, porque la digeſtion tercera no ſe acaba ſi no en diez y ocho horas, y eſta claro q̃ la manera mas ſaludable de dar a comer es quando ya eſta acabada perfectamente la digeſtion del manjar q̃ primero ſe comio. Pero al fin todos conuienẽ en que ſe guarde la coſtumbre, porque ſi alguno por el con

Auer. 5. col.

Aui. 2. p. cã tico. com. 12

contrario, teniendo coſtumbre de comer vna vez al dia comiere dos, le vernan tambien muchos daños, porque le ſobreuerna canſancio o laſſitud, pereza, peſadumbre, flaqueza, por cauſa que el eſtomago trabajara mas que ſuele. Empero el que tiene debil la digeſtiua, o fuere viejo, deue comer dos vezes, o tres al dia: y pocas vezes le acaezca comer vna vez ſola, como lo dixo el Galeno, quinto de ſanitate en la hiſtoria de Antiocho medico.

Que alimentos ſe deuan comer primero, y quales a la poſtre de la meſa, y como la diuerſidad de los manjares hagan daño.

CAP. XVIII.

Omo dize Boecio. *Diuerſa cibaria non nutrient.* Quiſo dezir: que diuerſos manjares no mantienen. La cauſa es porque no ſolamente no ſe digeren en el eſtomago. Empero en muchos ſe corrompen y ſe fuelen conuertir en malos y pernicioſos humores, y la corrupcion de los humores es

© Biblioteca Nacional de España
© Biblioteca Nacional de España

origen y madre de enfermedades y males largos, como lo dixo muy bien Auicena. Lo qual considero el Sapientissimo Rey. Pues dixo en el fin del capitulo veynte y siete de su ecclesiastico.

Aui.p.qua. tract.3.c.2.

Salomon.

¶ *Noli auidus esse in omni epulatione & nõ te effundas super omnẽ escã, in multis enim escis est infirmitas.* Quiso dezir No quieras ser cobdicioso en toda comida, y no te derrames sobre todo manjar, porque en los muchos manjares esta la enfermedad, y por esso dixo Horacio.

Nempe immacrescunt epulæ sine fine petitæ.

Y por la misma razon exclama Lucano en el quarto de su Farsalia diziendo.

O prodiga rerum.
Luxuries paruo nunquam gaudere paratu.
Et quæsitorum terra pelagoque ciborum
Ambitiosa fames & lautæ gloria mensæ
Discite quam paruo liceat producere uitam.
Et quantum natura petat.

O prodigalidad de las cosas nunca gozarse, ni contentarse de poco apparato, o hambre llena de hambicion, y gloria de esplandida mesa. Deprended cõ quan poco sea licito alargar la vida, y quanto demande la naturaleza.

Y por esso dixo el Galeno. Que la diuersidad de las cosas que se comẽ, especialmente quando las tales cosas no son semejantes en sus virtudes, causa de sossiego, en el estomago. Y Rasis en el.25 de su cõtinẽte dixo. El tiẽpo de la comida no deue ser largo, y tardo, multiplicandose maneras de mãjares en el, como el primer mãjar sea en su digestion diuerso del que se dio al fin, porque quando el vno se empieça a digerir, el otro que viene despues no ha empeçado a digerir se, y anssi se impiden y estoruan el vno al otro, y se mezcla lo indigesto y crudo con lo digesto y cozido. Pues luego los manjares sean simples y pocos, y no diuersos de diuersas naturalezas, porque se puedã digerir, y no se estorue el vno al otro, como se hazen en los vãquetes de los señores en los quales ay diuersos manjares y muy diuersos guisados de animales differentes, y diuersamente aparejados: y despues mezclan peces, y cosas de leche y frutas, y despues mezclan conseruas para su presta, y veloz corrupcion y muerte. Pero porque los señores y grandes por ningunas persuasiones quie-

Gal.com.3. uictus accu. Ras.25 cõt.

© Biblioteca Nacional de España
© Biblioteca Nacional de España

ren dexar la diuersidad de los manjares, anſi porque les pareſceria que perderian ſu nobleza y riqueza, como por la frequẽcia de los hueſpedes que vienen a ſus caſas. Por eſſo ſera bien enſeñarlos como deuan comer tales diuerſos manjares cõ menor daño: y eſto ſe hara ſi guardaren ordẽ en comer los. Porque aunque es verdad que el orden no quite los daños de la tal diuerſidad, ayuda empero mucho para q̃ no dañen tanto. Pues luego ſea regla general, que los alimentos de mas facil digeſtiõ y mas humidos, y mas leues ſe tomen y comã al principio, y deſpues los mas grueſſos y mas tardos y difficiles de digerir, porque deſta manera el manjar que fuere liuiano, y facil, ſe digerira mas preſto y no ſera detenido, mas antes hara camino para que el mas grueſſo paſſe al lugar de la digeſtion. Empero, ſi por el contrario primero ſe come el alimento grueſſo, y de difficil digeſtion, Eſtoruar ſe ha el deſcenſo del mas ſubtil y facil, y lubrico, el qual nadara ſobre el grueſſo y tardo, y eſcalentar ſe ha con el calor del grueſſo, y porende ſe corrompera y conuertira en humos y colera, y dañara al otro alimẽto mas grueſſo, y cauſarſe ha azedia y regueldos y vomitos. Empero no obſtãte todo eſto, q̃ es ſentencia de todos ſaca ſe de la doctrina del Galeno en el libro de ſolutione continua que quando en vna comida aya manjares de preſta digeſtion, y otras de tarda, que primero ſe coman los de tarda digeſtion, que los de facil. La cauſa es, porque tomãdo ſe anſi, los grueſſos y tardos yran primero al fondon del eſtomago, que es mas calido, por ſer mas carnoſo, y alli ſe digeriran bien. Pero los manjares mas faciles y leues eſtaran mas arriba en la boca del eſtomago, que es mas fria por ſer mas neruioſa, y como ſean faciles con poco calor ſe digeriran. Anſi lo quiſo Auicena. Conuiene a ſaber que el manjar liuiano ſe tomaſſe antes q̃ al grueſſo, por que no lleue indigeſto al grueſſo alos inteſtinos. Pero reſpondeſe a eſto, que quãdo ſe dize que el manjar mas facil ſe tome primero, que el mas difficil: deueſe entẽder, quando entre el facil y el difficil, no ay proporcion, como es entre la carne, y el queſo añejo, porque como el queſo ſea mas facil de digeſtion que la carne, ha ſe de comer a la poſtre. Otra coſa ſeria ſi hi-

Gal. li. de ſolutio. cont.

Aui. 3. pri. doct. 2. c. 6.

© Biblioteca Nacional de España
© Biblioteca Nacional de España

zieſſemos comparacion entre las coſas q̃ tienen proporcion en ſubſtancia, como entre el tozino y el carnero, entre la ternera y el cabrito: porque por la razon dicha: primero ſe comera la ternera, que el cabrito, y primero el tozino, q̃ el carnero anſi ſe entendera Auicena quando dixo.

Aui. 3. 1. do. 2. c. 6. *Sanitatis conſeruator non primo comedere debet cibum labilem ita ut poſt ipſum, cibum fortem & durũ ſumat quoniam cum ipſo ſubtili labetur groſſum non tam integre digeſtum quantum debebat.* De aqui ſe ſaca, que porque ſera muy difficultoſo conocer la differencia puntual que ay entre el grueſſo, y el ſubtil, ſera mejor que no ſe pongan en vna meſa, y en eſto concordaron, Galeno, y Iſac en ſus dietas.

Fin del libro Quarto.

© Biblioteca Nacional de España

LIBRO QVINTO, QVE TRATA como ſea neceſſario el beuer de los generos de los vinos y aguas, y otras beuidas.

Del *beuer, y como ſea neceſſario.*

CAP. Primero.

COMO el manjar ſea de ſuyo grueſſo, y porende tardo, para poder paſſar por las venas y partes del cuerpo, fue neceſſario ſe le mezcla ſe alguna coſa, con la qual ſe hizieſſe liquido y fluxible para que facilmente paſſaſſe por las venas. Y eſta coſa que le facilita y haze anſi prompta para penetrar, no es otra coſa ſino la beuida: y porende fue neceſſario beuer ſiempre quando comemos: ſino fueſſe quando el manjar de ſuyo

© Biblioteca Nacional de España

fuesse tã liquido y fluxible, que no huuiesse necesidad de beuer. Lo qual acaece pocas vezes como de suyo sea de sustancia delgada y tenue, facil para penetrar. Y no solamente es necessario para que haga al manjar liquido prompto para yr por las venas. Empero, y tambien porque humedezca el cuerpo y hincha las partes vazias y euacuadas de las humidades sustanciales que se consumieron y enfoluieron. Finalmente attenua y subtileza el manjar para que cuele a todas partes, y hazele liquido a manera de ptisana, o ordiate, y este se dize Chilo el qual como dize Auicena. Es vna sustancia liquida semejante en su espessura a la Ptisana que es ordiate, el qual se confige de la comida y beuida, quando se mezclan. Por manera que primero ay permistion, o adunacion, la qual se ordena para la digestion, o coction, y la digestion se ordena para la nutriciõ, y la nutricion para la cõseruacion de la salud, como es cõclusion de todos los medicos. Y la permistion, o mezcla, mejor se haze quando se come y beue juntamente. Empero aunque es verdad que el beuer es necessario y vtil, empero muchas vezes accidẽ tal-

Aui. can. 1. seu. 1.

© Biblioteca Nacional de España

talmẽte es causa de muerte y enfermedad quando se tomare en quantidad desmoderada, y indebita. Por lo qual de oy mas trataremos quales, y quantas cosas, se ayan de guardar para que el beuer no haga daño, para q̃ cada qual sin medico pueda por si conseruar la sanidad.

Si sea util y prouechoso beuer en ayunas, o no.

CAP. II.

AVnque el beuer es vna cosa vtil y necessaria para la conseruacion de la vida, y para la sanidad, empero muchas vezes tomado en hora incompetente, y no deuida, se haze muy dañoso, y mortal. Y es precepto vniuersal de los medicos que no se beua en ayunas estãdo el estomago vazio de manjares. Entiendese esto por via de beuida y no de remedio medicinal. O quando la costumbre fuere en contrario. Porque como dize el Conciliador. Algunas vezes cumple, ante del manjar beuer vn poco de vino, quando los humo-

Conciliat. differe.

Rr 5 res

© Biblioteca Nacional de España

res del vientre fueren frios, y entonces cõ uiene vino añejo, porque admirablemente conforta al estomago, y altera los humores frios como si fuesse xaraue confortatiuo. Y ay tambien caso que en ayunas se beue agua, por via de remedio medicinal, conuiene a saber, quando pretendemos amansar y aplacar el fuego del estomago, y su excesiuo ardor. Ni mas ni menos quando ay costumbre de beuer en ayunas, vemos por experiencia que muchos se hallan bien, porq̃ como dize Auicena. *Vsus sunt res extra rationem existentes.* Quiere dezir. Las costumbres y vsos son cosas fuera de razon. Porque vemos algunos que luego como amanesce se van a las tauernas por la maluada costumbre que tienen, y beuen sin auer comido, y se hallã sin daño. Empero muchas vezes estos tales mueren repentinamente con su mala costumbre. Pues luego no se deue beuer en ayunas, como lo dixo Auicena, y Galeno. Sobre aquel Aphoris. *Famem uini puri potio soluit.* Y Rasis, Porque si lo que en ayunas se beue es agua, haze gran impedimento al calor del estomago, porque le amata y offende y destruye la digestion, y haze daño

Aui. 3. pri.

Aui. 3. 1. doct. 2. c. 8. Gal. 2. aph. Rasis. 4 ad Almans.

ño a los neruios, especialmẽte despues de los baños, y exercicios, y mas si fuere vino puro, porque sube al celebro, perturba el sentido, y la razon, daña los neruios, causa espasmos, y mucho mas en tiempo de enfermedad, o en tiempo caliente. Porque el vino tiene poder de herir los neruios, y dañarlos, como lo dixo Auerroes en el comento de los canticos.

Auer. com. 34. cantico rum. par. 2

Si despues de comer, passadas dos o tres horas auiendo sed conuenga beuer, o no.

CAP. III.

LA beuida se tome, y deue tomar por dos causas, o para mezclar el manja en el estomago, como es la beuida que se toma en la comida. O para que despues ya del mãjar digesto le destribuya y haga passar por las venas y por todas las partes del cuerpo, y por esta causa se deue beuer despues d̃ comer, quãdo ya el manjar esta digesto y aya descendido al hondon del vientre, y intestinos, por

© Biblioteca Nacional de España
© Biblioteca Nacional de España

porque entõce la parte ſuperior del eſto
mago eſta deſcargada y aliuianada por la
perfecta digeſtion que ſe hizo en el, deſ-
pues ſe haze en el higado, y no es meneſter
que la ſegunda digeſtion que ſe haze en
el higado eſte perfecta para beuer ſino la
del eſtomago, como bien lo dixo el Con
Cõcilia. ibi. ciliador. Y en eſte caſo ſe puede beuer a
Aui. ter. 1. plazer lo q̃ da la gana, como lo dixo Aui-
doct. 2. c. 7. cena, y Galeno y Raſis. Porque de otra
Gale. lib. de manera la beuida antes que el manjar eſte
ſolutione cõ digeſto en el eſtomago, y antes que aya deſ
tinua. cendido, hara apartar del eſtomogo la co
Raſ. 25. cõ- mida, y deſpegarla ha y hazerla ha nadar,
tinenti. c. 1. ſi fuere en quantidad. Y como la comida,
o mãjar eſte deſpegado del eſtomago, no
ſe digerira ni hara nutrimento, ſi no que-
darſe ha indigeſto y crudo, por razon de
la humidad dela beuida que eſta entre el
eſtomago y la comida. Y aunque mucho
acoſe la ſequia deſpues de comer, antes de
la perfecta digeſtion, no ſe deue beuer vi-
no ni agua en cantidad, ſino chupando, o
Gal. 7 Met. como mamando vn poco, o abrir la boca
Aui. 3. pri. al ayre freſco, o enjuagarſe. Anſi lo dixo
doct. 2. cap. Galeno. Anſi lo dixo Auicena. Y aun di-
7. & 8. xo mas, que ſi la ſed fuere vrgente, y no ſe
pueda

pueda hazer otra coſa, que ſe beua en vna
redoma, o vaſo de muy angoſto orificio.
Y dixo que para la tal ſed mendoſa y fal-
ſa que ſe cauſa de mucha comida y embria *Hipp. in*
guez, no ay coſo mejor para la aplacar co- *aphoriſmis.*
mo dormir, porque en el ſueño, el calor re
concentrado y metido adentro, refuelue
los vapores y materias que ſon cauſa de
la tal ſequia. En fin concluye, que en tal
caſo ſe beua chupãdo poquito a poquito
y la tal beuida ſea de agua adõde aya eſta
do a remojar vn poco de pan o açucar o
chupando de vna naranja o granada o
oroçuz o vn poco de manteca de vacas
porque de otra manera fuera delas cauſas
allegadas, hara que el manjar indigeſto
vaya por las venas y haga heredar corrup
ciones y opilaciones. Empero ſi aguar-
dan a beuer deſpues que el manjar eſte di
geſto y aya deſcendido, ſiguenſe muchos
prouechos. Conuiene aſaber, que la tal be
uida ayuda a deſcendir el manjar, ſutili-
zale para que penetre y paſſe haſta las ve-
nas pequeñas.

Si ſe deue beuer deſpues del exercicio y trabajo, o ſi ſe deua beuer deſpues de algunos manjares.

CAP.

© Biblioteca Nacional de España
© Biblioteca Nacional de España

CAP. IIII.

ANsi como despues del exercicio, y trabajo y acto venereo, y vaño, no cumple luego inmediatamente comer ansi ni mas ni menos, no conuiene beber. La causa es como lo dixo Aristoteles. Porque el que ha trabajado o exercitadose, aun no se ha sosegado, ni las superfluydades remouidas y agitadas son expellidas, ni apartadas. Cierto conuiene, que el que despues del exercicio, o trabajo, o cuyto, ouiere de comer o beuer, que primero se sosiegue, porque las superfluydades remouidas con el exercicio y mouimiento, se acaben de puargar y expeller, porque entonces el calor natural esta derramado por todas las partes del cuerpo, y como este ansi desuñido y desparzido no puede digerir el manjar, y porende conuiene esperar a que se recoxga al estomago y vientre, pues desta manera, la comida y beuida se digirira y conuerna en buen nutrimento. De otra manera se

Ari. 1. pro. 30. & 28.

se boluera en la naturaleza de las superfluydades que se purgan. Y no obsta dezir que ya no ay exercicio ni mouimiẽto, porque del mouimiento passado, estan todos los miembros alterados y bullendo, aunque parezcã estar quietos. Empero passado vn buen rato o espacio de tiempo, se puede comer y beuer a plazer, y no qualquier beuida y comida, sino que sea buena y loable. Ansi lo dixo Galeno, y Auicena dize. Que despues de trabaxo y exercicio no se coman peces, porque se corromperan, y dañaran a los de mas manjares en el estomago. Y dixo mas, que no coman fructas verdes ni secas, porque aunque paresce que al presente regalan y refrescan con su aguanosidad y humedad, despues causan corrupciones y putrefaciones, lo mismo se entiende dela beuida, Y principalmente se deue aduertir, q̃ no se beua vino sobre malos manjares, sino fuesse para corregir y rectificar la malicia y vicio dellos, pero en tal caso deue se tomar puro en poca cantidad, la causa es, porque beuido sobre los malos manjares, haze los correr y penetrar hasta las extremas partes del cuerpo. Especialmente beuido

Gal. 3. de sanit. tuen. Aui. 1. doct. 2. cap. 7.

© Biblioteca Nacional de España
© Biblioteca Nacional de España

uido sobre la comida de los melones y pepinos. Y ni mas ni menos, hazegran daño beuido sobre manjares agudos y caliētes, como son ajos y cebollas, y otras cosas semejantes, lo vno porque como estas comidas sean de mal xugo con el vino penetran por todas las partes del cuerpo, y cō su mal mantenimiento, dañan mucho, lo otro porque como sean manjares calientes en demasia, y el vino tambien lo sea, causase muy grandissimo ardor y inflamacion en todo el cuerpo, y fiebres calenturas, de humores corruptos, en los que tienen muy muchos y defferentes humores aparejados para ellas, y en los que no causan disposicion propinqua para calenturas por lo qual concluymos. Que sobre tales manjares no se deue beuer vino sino agua, o vino muy debil, que sea de naturaleza de agua, porque estas tales beuidas quitan y tiemplan el excesiuo calor de los tales manjares agudos y calientes y por esso mando Aristoteles que sobre las frutas calientes se beua agua, y sobre las frias vino bueno y poco, por causa de rectificacion como lo dixo Auicena en los canticos.

Aristote. 2. prob. 82.

Aui. 2. par. cant. tex. cōēto. 34

De

De los daños que se siguen de la demasiada beuida del uino.

CAP. V.

MVchos son los daños que se siguē del demasiado beuer del vino, porque no solo causa males en el cuerpo, empero y en las costūbres, y porende dixo el venerable Beda. *Nō enim decet uino in quo est luxuria, inebriari cum qui musto spirituali desiderat impleri.* Quiere dezir, no cūple ni es licito a aql q̄ desea henchirse del mosto del Spiritu sancto, embriagarse de vino, en el qual esta la luxuria. Y por esso dixo muy bien Isac en sus particulares dietas, si el vino se beue como conuiene moderadamente, causa muchos prouechos en el cuerpo, empero si se beue hasta embriaguez, engēdrara y causara muchos daños contrarios, Porque la embriaguez amata la lumbre de la anima racional, y con ella se conforta la potencia bestial, y porende el cuerpo se queda a manera de vn nauio en mitad de la mar, sin goruernador, o como es

Isac diet. pt.

Si qua-

© Biblioteca Nacional de España
© Biblioteca Nacional de España

quadron de gente de guerra sin capitan. Y por esso la embriaguez prueua cosas dignas de reprouarse, y alaba lo que se deue vituperar, y esto causa en los prudentes y sabios. Porq̃ en los locos y tontos o ignorantes, causa furor, causa hablar cosas sin tiento y razon, con yra, y odio, y rencor, y soberuia, compelle los andar y mudarse de lugar en lugar. Y finalmente haze los caer en adulterios en homecidios en furias y en otros vicios. Y porende los que quieren conseruar su familia, conuiene se guarden del demasiado beuer por lo qual dixo Platon, hablando de la beuida de vino. Yo approuaria la ley de los Cartaginenses, mas no la de los de Creta y Lacedemonia, conuiene a saber, que ninguno ose beuer vino en qualquier tiempo de guerra, sino que en tal tiempo beua agua. Y dixo mas que mientras los juezes vsan su officio, no beuan vino ni en summa todos aquellos que deuen determinar, algun negocio, y todos los capitanes, gouernadores, marineros, se deuen guardar de vino como de enemigo, sino es por occasion de enfermedad. Antiguamente en los combates a los tiempos del beuer se encom-

encomendauan a Iupiter de esta manera. En la primera taça de vino que era para amatar la sequia, llamauan a Iupiter Olimpico. En la segunda taça llamauan a los dioses, porque era para deleyte y alegria. En la tercera, porq̃ se tenia insania y desuario llamauan a Iupiter, librador, y amparador, como lo toco el Galeno, Y lo truxo Diodoro Sicul. Finalmẽte la mucha beuida de vino, causa corrupcion en el Iuyzio, debilitacion en las virtudes animales, repleciõ al calor natural, ahoga y enfriale, y porende causa apoplexia, perlesia, stupor, spasmo, tremor, corrõpe la cõplexion del celebro, y en algunos estomagos, engẽdra colera, y en otros acedia, daña a los neruios. Empero si alguno cansado y defecado de algun luengo camino y trabajo, quisiere beuer en abundancia, pare satisfazer su apetito, deue comer poco. Anssi dixo Auicena. Que el tal no se hincha de comida, ni coma cosas diureticas, o abrideras, ni cosas dulces, sino que coma cosas gruessas y vntuosas, o cosas de pringue o carne lardada, migas de pã mojadas en caldo gordo, y porque no se puede poner regla cierta de la cantidad, que

Galc. lib. 1. de facu. nat. Diod. lib. 5. cap. 10. rerum antiq.

Auicena. 3. 1. doct. 2. c. 8

© Biblioteca Nacional de España
© Biblioteca Nacional de España

acerca qual conuiene beuer. Tengase por regla que no se beua tanta cantidad de vino, q̃ nade sobre el estomago, o le agraue, ni haga ruydo, como lo dixo Auic. y Raſ. Empero ſi acaeciere la tal replecion agrauante de vino, hagaſe vomito, o beuã tras ello agua miel, y hagan luego vomito, y la uenſe la boca con vinagre y miel, y la cara con agua fria, principalmente el flaco de celebro no lo beua, ſino muy aguado. En fin el que ſe hinchere de vino, haga vomitos cõ mucha preſteza, y ſi no pudiere vomitar beua agua tras ello, eſpecialmente con miel, vſe deſpues de comer membrillos, o ſu carne en conſerua, y ſi vuiere hecho algun daño en el eſtomago, o celebro, y le vuiere calentado muy demaſiadamente, tomeſe luego ſimiente de arrayhan toſtada, o otra coſa alguna eſtreñida o mordaz, y vñeſe luego en vna tina. Eſto aconſejo Auicena.

Aui. 13. 3. tract. 1. cap. 29. Raſis. 4. Alman. c. 5. ibidem.

De la agua o uino en friada con nieue, o de otra manera, y de ſus daños.

CAP. VI.

NO ſolo en eſtos nueſtros tiẽpos ha mucho preualeſcido el vſo del beuer con nieue, o arrimando la beuida a la nieue, o echando la miſma nieue dentro de la beuida, empero y en los antiguos, pues dixo Galeno que el dio agua resfriada, con nieue como ſuelẽ aparejarla en Roma. De los que echan dentro de la beuida nieue, no ay que tractar de ellos pues en buen romance tragan la muerte dulce, y ſino lo ſintieren de preſente, ſentirlo han ſi lo a coſtumbran adelante, no deſpues de muchos meſes. Pues es cierto que es ponçoña fria en quarto grado, porque como eſte del ynuierno paſſado retenida en lugares frijſsimos y vmbrios, donde no da ſol, haze ſe vn miſto pernicioſo de intentiſsima y venenoſa frialdad. Empero vengamos a tractar delos que beuen frio, arrimado a nieue, y dezimos que ſegun la authoridad de los antiguos, es vna coſa peligroſa para la ſalud, porque aunque es verdad que en los mancebos carnoſos no pareſce hazer daño, ſino prouecho, eſpecial en tiempo de eſtio, porque pareſce que tiempla

Gal. 7. Meth. c. 4.

© Biblioteca Nacional de España
© Biblioteca Nacional de España

el excesiuo calor, y que reprime la colera. Empero como diremos luego, es tan dañoso a los neruios y pecho, que adelante haze mucho daño, especialmente en la vejez, porque acarreara dolencias incurables, y que por muy largo tiempo les duren en los miembros principales y interiores. Finalmente les hara gran daño en los miembros frios y debiles. Ansi lo sintio y affirmo Isac y Auicena diziendo. Cõplexionibus temperatis aqua conuenientior est quæ frigiditatis fortitudine temperata existit, & cuius infrigidatio cum niue de foris, non fit, quoniam in niue mala huiusmodi dispositio existit, quod ex ea resoluitur neruis & membris anhelitus nocumentum facit, & omnibus interioribus, neque tolerat eam nisi vehementer sanguineus, & tamen si non alicui nocumentum fecerit ilico secudum longitudinem dierum faciet, & cum in annis processerit. Dize ansi. Que la agua templada, que no es de fuerte frialdad, es mas conuenible a las complexiones templadas. Y finalmente dize, que aquella agua conuiene la frialdad, de la qual no le proviene de fuera por parte de la nieue, por que

Isac. in die uniuer. c. 11.

Auic. 3. 1. c. 8. doct. 2.

Isac. dictis uniu. cap. 11

que la que es enfriada en nieue, es de vna mala disposicion y manera, porque haze daño a los nieruos, y a los miembros de la respiracion que es el pecho y pulmon, y a todos los miembros interiores, y no puede tolerar la tal beuida, sino el que es fuertemente sanguino, y sino hiziere luego de presente daño en algunos, hazerlo ha en largo processo de tiempo. Esto es lo que dixo muy bien Auicena. Lo mismo dixo Isac en las particulares dietas diziẽdo, que la agua frigidissima es muy dañosa a los neruios del pecho, y hiere las tripas, y causa dolor enel vientre y apretamiento enel pecho, y en todos los instrumentos de la respiracion, y haze rompimiento en las venas, y si mucho se acostũbrare, verna spasmo, gota coral, apoplexia y adormecimiẽto en los miẽbros. Lo mismo dixo Rasis ansi. *Summo opere cauẽdum est, ne aquam niuis bibant.* Quiere dezir summamente se deue huyr el beuer agua de nieue especialmente si el que la beue es de higado y estomago frio, o de muy flaca complesion, y de poco espiritu. Lo mismo dixo muy biẽ Hippocrates. Ansi. Frigidum conuulsiones, tethanos facit, &c. Y en otra

Isac die. pa.

Raſ. 4. Alman. c. 4.

Hippo. 7. apho. 17.

© Biblioteca Nacional de España
© Biblioteca Nacional de España

parte. Frigidum inimicum neruis ossibus &c. Y en el mismo libro. Frigida velut vix & glacies pectori est inimica. Lo mismo dixo el Galeno en los comentarios. Que de toda cosa fria viene daño a los neruios. Empero el que lo quisiere vsar, deue ser moço de mucha corpulencia muy sanguino y colorado de fuerte apetitiua, y que beua de ella en menos cantidad de lo ordinario, y despues de manjares calientes, y vse luego tras ella aloxa o agua miel, y coma gragea de anis o canelones, o el mismo anis o la canela. Pero Galeno en el methodo, hablando de la flaqueza del estomago por causa calida dixo, que fue aliuiada muchas vezes con agua enfriada en nieue y cõ frutas frias enfriadas de la misma manera. Cõ todo esso, su continuo vso es muy peligroso porque esto que dize el Gal. es por via de remidio. Y a empero el vino enfriado con nieue no es de tãto perjuyzio y daño. Especialmente si el tal vino es roxo añejo fuerte rezio, porque con su calor se tiempla la frialdad de la nieue, y cõ la subtileza de su sustãcia resiste a la congelacion y condensacion della ansi lo quiso el Galeno. *Porro aquæ uicia dependent omnia*

Gal. 5. aph. 24. & .2 de Victu acutorum.

Gal. 7 Met.

omnia ex eius frigiditate, cuius culpa & moratur in precordiis diutissime, & luctationes excitat, inf lactũ ueritur, uẽtriculi robur disoluit, ut deinde deterius conquat, sed ne digerendo per corpus alimentum uidetur aliquid conducere, quibus sane uicijs uinum cõtrarias uices obtinet. Dize en conclusion, que como los daños que causa la agua, todos prouengan de su frialdad, porq̃ por esta causa se detiene en las tripas y causa ventosidad, y enflaquece la fuerça del estomago, para que no pueda digerir, y enfin dize que aun ni es prouechosa para la distribucion del alimento por todo el cuerpo, pero que el vino obra todo lo contrario. De donde se collige, que no es la misma razõ en la agua enfriada con nieue como el vino. Aunque no carece de daños. En especial en tiempo de inuierno en los flacos y viejos, y frios y delgados, pero en los de mas es mas conuenible en tiempo de estio. Ibidem.

De los uinos en general.

CAP. VII.

© Biblioteca Nacional de España
© Biblioteca Nacional de España

N los vinos se consideran seys cosas, liquor, o sustancia, virtud, olor, sabor, color, complexion. En quanto a la complexion dezimos en general, que el vino es caliente y humedo, excepto quando es de quatro años, o mas, porque en tal caso es caliente y seco, ansi como lo dixo el conciliador por autoridad de Aristoteles en el vndecimo de las problemas. En general los que fueren de menor edad de diez y ocho años, no lo deuen beuer, porque es añadir fuego a fuego, empero los mancebos, pueden beuerlo con templança, esto quiso el Galeno. Porque dize que hinche la cabeça de humos vaporosos. Lo mismo dixo Auerros. Einalmente como lo dixo Hyppocrates Adonde ay temor de dolor de cabeça, y de lesion o daño de los sentidos, se vede el vso del vino. Pero deuese dar agua en su lugar o vn vino muy delgado y flaco de color de la palma, y sin olor, en fin q̃ sea como agua en su sustancia, y este tal vino conuerna a los flacos. Y deuese aduertir que aun que es verdad, que a los viejos ya decrepitos, conuenga el vino, y les sea muy vtil en quanto toca para la confortacion de sus cuerpos y de su calor natural, y para despedir las superfluydades de sus humores, y dixo Galeno que el mayor prouecho que haze en los viejos, escalentarles todos sus miembros: pero no suffren toda la fortaleza del vino, tãbien como los muy jouenes, o varones, por razon de la flaqueza de su cabeça y de sus neruios, y porende se concluye, que el vino conuiene a los viejos por razon de remedio medicinal, porque el calor del vino repugna ala frialdad de su complexion. Empero conuiene a los mancebos por razon de alimento, porque la naturaleza del vino es semejante y conforme a su naturaleza. Y porende conuiene a los viejos guardarse del demasiado beuer de vino, porq̃ facilmente les herira la cabeça, y nieruos, por donde les verna perlesia espasmo, gota artetica, porque a ellos no les conuiene fino por remedio y medicina de su flaqueza, y no por via de alimento, como lo dixo Isac en sus particulares dietas. Empero querer aqui contar las vtilidades del vino, sera cosa larga por ser muchas. Pues

Cõc. dif. 70. Arist. 11. pro. 36.

Gal. 1. et. 5. d̃ sanit. uend. Aue. 5. coll. Hipp. 3. de Vitu acuto.

Gal. 5. de sanit. tuend.

© Biblioteca Nacional de España
© Biblioteca Nacional de España

Pues como dize Rufo, por el se fortifican todas las virtudes del cuerpo, animal vital natural, augmenta buena y loable sangre por la semejanza que tiene cõ ella, da buen sabor a los manjares, mueue gana de comer, irrita a luxuria, conforta el estomago, y ayudale a retener el manjar, y a expeller las hezes, corrobora todas las actiones del anima y cuerpo. Parescese por experiencia, porque de tristes haze alegres, y muda el vicio de la anima en virtud, porque beuiendose moderadamente (que ansi se deue entender) conuierte la crueldad en piedad, la auaricia en largueza, la soberuia en humildad, la pereza en solicitud, el temor en ossadia, el callar en facundia, la torpeza de ingenio en habilidad y astucia. Finalmente concluyo Horatio por dicho de otros. *Nulla ualere diu, nec uiuere carmina possunt quæ scribuntur aquæ potoribus &c.* Que ningunos metros de los que beuen agua pueden valer ni viuir mucho. Y Enio el padre de los poetas nunca yua a cantar las armas sino bien beuido. Pues luego como lo dize Isac en sus particulares dietas. El vino abraça las virtudes del cuerpo y del anima, porque esfuerça

ça ansi las vnas como las otras, beuiendo se moderadamente. Y dixo mas, que los antiguos compararon al vino a la atriaca magna, porque hallaron por experiencia que era socorredor y ayudador de las cosas contrarias, porque calienta lo frio, y y enfria lo caliente, humedece lo seco, y deseca lo humido. Empero haze estas obras por diuersas maneras, porque calienta y deseca de su natural propriedad, empero enfria y humedece accidentalmente: por q̃ con la subtileza de su sustancia trae cõsigo la agua q̃ se le mezcla por todas las partes del cuerpo: cõ la qual se enfrian y rehumedecen. Finalmente tiene esta prerogatiua sobre todas las cosas de mantenimiẽto, que con mayor presteza y facilidad se conuierte en sangre y alimento, como lo dixo el Galeno.

Del uino aguado, y del uino de color, y substancia de agua, y finalmente del uino blanco.

CAP. VIII.

El

© Biblioteca Nacional de España
© Biblioteca Nacional de España

EL vino aguado, la mitad de vino, y la mitad de agua, mundifica, o limpia, laua, conforta, haze sudar copiosamente especialmẽte si el tal vino es blãco y delgado y sutil, como lo dize Aui. amata mas la sequia q̃ el agua sola, o el vino por si, como lo quiso el Gal. Empero como el dize en otra parte debilita el estomago aunq̃ beuido en poca quantidad, es cõuenible para el estomago desecado. Y en otra parte dixo que, reblãdesce el estomago y le enflaquece, y que engendra y causa ventosidad en el. Y ansi como el vino puro causa pulsaciones en las sienes y pesadumbre en la cabeça y sequia. Ansi el vino aguado amata la sequia por su frialdad y humidad, y los que fueren de flaco y frio estomago, o higado no deuen beuerlo ansi aguado, sino dexarlo para los que son mas fuertes de estomago y higado, y estos pueden vsar del por via de medicina con mas seguridad en tiempo y tierra calientes, especial si son de edad de jouentud, de buena corpulencia, de officio trabajoso, acostumbrados alo beuer aguado. Empero los flacos y frios de estomago y

Auice. i. 4. trac. 2. c. 39 Galen. 1. de sim. & 2. uict. acuto.

higado de edad de viejo de delgada y subtil corpulencia de vida holgada y no acostumbrados a lo beuer tan aguado, hallarse han mal con ello, porque aliende de otros daños mas presto se embriagaran con ello. Porque la subtileza dela agua que tiene mezclada le haze mas penetrar y subir que si estuuiesse puro. Esto dixo lo Auicena, y Aristoteles. Finalmente conuiene en tiempo de estio, porque refresca y humedesce como hemos dicho. Empero tractemos del vino aguoso, subtil, claro, que al gusto muestra poca fuerça, al qual llama el Galeno. Oligophorõ, este es vn vino que a los que tienen fiebres, o enfermedades que no son aguadas, se puede dar mas seguramente que agua. Y en las agudas despues de la euacuacion vniuersal de todo el cuerpo, en la declinacion se puede dar sin peligro, Especialmẽte si es aguado, porque refresca y humedece y mueue sudor y vrina ayuda a la virtud expultrix o alimpiadora. Y los medicos deuen vsar de este tal vino, y dar lo a los enfermos cõ mas seguridad que agua, porq̃ no derrocarian el apetito, antes confortarian el estomago y higado, y facilmente penetra por las

Auicena. 3. 1. doct. 2. Arist 3. par. prob. 3. Gale. lib. de cuch. cach.

© Biblioteca Nacional de España
© Biblioteca Nacional de España

las venas y no tiẽta la cabeça, como otros vinos, y es de muy poco nutrimento, y de que se mezcla con agua luego pierde su fuerça. Es bueno para cõciliar sueño, y ayuda a digerir los humores medio crudos. En fin el conuiene sin peligro en fiebres y en personas colericas despues de la digestion, y en las agudas en la declinacion, despues de la euacuacion vniuersal. Esto dixo el Galeno, y Auicena, y Isac en las dietas particulares. En conclusion este vino blanco de color de agua subtil de poca fuerça claro conuiene mas por via de remedio medicinal q̃ no por via de alimẽto tal vino se parece ser el q̃ dizẽ de Ciudad Real, alomeno el perfecto, y aun el vino de Lillo, y el de Orgaz, y Yeuenes, el de Robledillo, En fin el vino hecho de vuas verdexas que otros llaman terrrontes, porque este tal es vtil a los calientes, y colericos, y a los caluroſos en tiempo de estio, y en tierra caliente: el qual vino deue ser de vn año, poco mas, y no puede durar mucho, porque presto se azeda. Y ansi el Galeno, alaba y aprueua el vino que prestose azeda para ayudar a dixerir los humores crudos. Cuentase tambien el vino

Gale. lib. at tributo d̃ urinis & 3. d̃ uict. accu.

Auice. 1. 4. trac. 1. c. 39

Gal. 4. de sanita. tuend.

vino roxo, o rubio, o cetrino en el numero o especie de vino blanco, a este vino tienen todos los auctores por rezio y fuerte, especialmente el Galeno, nombra al tal vino falerno, y al aguoso en Asia Titacazeno. Y aora en Italia el que llaman sabino Gaurano. El Toscano, q̃ los antiguos llamauan Amineo, tales son los vinos que apenas passan de quatro meses en esta tierra, porque luego pierden su valor y no pueden sufrir luenga nauegacion. Empero aca en nuestras tierras de Castilla, es differente, porque los vinos blancos, roxos, o rubios de arenas se hallan por experiencia ser suaues y delgados y que no hieren la cabeça, antes se halla que tienen las propriedades y virtudes del vino aguoso que Galeno llama Oligoforon, excepto en quanto al color y facilmente se azedan, que no es pequeño indicio de su suauidad y flaqueza, como lo dixo el Galeno, antes por el contrario hallamos por experiencia que los vinos de esta tierra muy diafanos y transparentes de color de agua, se hallan por la mayor parte ser muy rezios, los quales aunque de presente parescen suaues dende apoco hieren la

Gal. 5. dest. & 3. uictus accu.

Idem. 4. de sani. tuen.

© Biblioteca Nacional de España
© Biblioteca Nacional de España

cabeça, y nieruos, y embriagã con mucha facilidad, tal vino se halla q̃ es el de Sant Martin y de otras partes. Empero aunque sea ansi y parezca en algunas partes de España no tener certidũbre, esta propriedad de los vinos rubios. Empero por la mayor parte es cierta regla. Porque este vino que ansi paresce rubio adquiere tal color de la caxca, adonde hierue pues si se pusiesse sin caxca como en commun se haze en todas partes saldria como el oligoforon del Galeno. Este vino ansi rubio se haze en algunos pueblos del reyno de Toledo adonde hierue con su caxca. Y ansi digamos con Haliabbas, que el vino rubio que se haze sin caxca el color como de açafran, es de mas fuerte calor y de mas robusta agudez, y q̃ mas presto passa por los miembros, y causa colera, y dolor de cabeça. Y no solo haze esto en los que tienẽ calentura, empero y en los sanos, este tal vino es poderoso y oloroso. Lo mesmo
Isac.di.par. dixo Isac en sus particulares dietas, adonde dixo, que hazia heruir los humores, y que embiaua humos a la cabeça, y que daña al celebro, y hiere los sentidos, y por ende conuiene que se guarden del los calientes

lientes y colericos, sino fuere muy aguado, porque si se beue sufficientemente aguado, segun que conuiene a la edad y tiempo y region y costumbre, diuidir se han cõ el los humores gruessos alimpiarse han las vias de las venas de corrupcion, y clarifica la sangre. Especialmente conuiene a viejos, porque corrige su frialdad, y mientras menos, aguado estuuiere es mejor para ellos pues conforta su calor y resuelue la copia de sus superfluydades. De aqui se concluye que qualquiera vino rezio agora sea rubio, o roxo, agora sea aguoso en su color empero fuerte, como diximos del vino de sant Martin, agora sea la maluasia, o vino de los montes, no se beua sino muy aguado, o por via de remedio para diuidir y enfoluerlos humores gruessos y flematicos, especialle beueran en inuierno y en poca quantidad. Y deue se tã bien aduertir que muchas vezes el vino delgado de color de agua por discurso de tiempo se torna roxo y este es el de fuerte calor: tal vino se dize antiguamẽte el phalerno, y molites, y lesbro.

© Biblioteca Nacional de España
© Biblioteca Nacional de España

AVISO DE
De los uinos tintos claretes, y de los escuros, gruessos, turbios, y no turbios.

CAP. IX.

OS vinos tintos claretes, como escriue Haliabas, son de fuerte calor y sequedad, passan presto abaxo del estomago engendran buena sangre confortan el calor natural, si se dan en conuenible cantidad, y por esso dixo el Galen. en los afforismos, sobre aquel texto, famen vini potio, &c. El vino gruesso y el colorado, o clarete, es de mas nutrimento que todos los de mas: y en el libro de vinis. Los vinos claretes son conuenibles para la nutricion, especial si son dulces, empero dexando lo que dize el Galeno, en el lib. de solutio. contin. y en el de alimentis, pongamos el orden de Isac, pues dixo. El vino roxo de vuas negras. Y el rubio de color de oro de vuas blãcas, son los vinos mas calientes porq̃ su calor es en grado tercero, y está en medio de los extremos y gualmente. Empero

Hal. 5. the. cap. 30.

Gal. 2. aph.

Gal. lib. de solut. cont. et 3. d alim. Isac dictis uniuer.

© Biblioteca Nacional de España

pero el rubeo que es el clarete, es cercano a estos en su grosseza y dureza: y porende es de mas nutrimento que todos, excepto el tinto obscuro: Empero prouoca poco a vrinar y sube tarde a la cabeça y emborracha tarde, empero si vna vez empieça a embriagar, causa vna borrachez difficil de quitar se. Tal vino se nos muestra el q̃ dizen de Yllana, porque es de fuerte calor, y presto passa dl estomago a las tripas. Empero de los vinos tintos ay dos differencias, porque vnos son tintos gruessos no turbios, otros gruessos y turbios, los que son gruessos empero no turbios, son mas aptos para mantener: y porende dixo Auicena. Que el vino tinto gruesso y turbio daña a la vista y se deue huyr del todo. Empero el gruesso no turbio, no se deue vituperar, porque es mas apto para la nutricion, y Galeno dixo que el tal vino es cercano en su sustentamiento a la carne del puerco, y porende es bueno para los mancebos antes de comer. Empero para los viejos no es conuenible, ni despues, ni antes de comer, porque causa en ellos opilaciones en los riñones y piedra en la vexiga, por el defecto de su calor natural, espe-

Auic. 3. ter. tractad. 4. cap. 4.

© Biblioteca Nacional de España

cialmente causara esto si es dulce y estreñido en los que tienen poco calor y abundan de superfluydades. Finalmente como lo dixo Isac, todo vino tinto es grueso de naturaleza de tierra y agua y mientras mas tuniere de tierra, mas grueso y turbio sera, es contrario al aguoso y subtil de difficil digestion, tardo de passar por las venas, agraua el estomago, engendra sangre gruessa y fecosa, sube tarde a la cabeça, y vna vez subido causa borrachez difficultosa y indissoluble. Empero como lo dize Auicena. Es de mas nutrimento que ninguno, haze declinar los humores al contrario de la causa o occasion que tray desfallescimiento por resolucion, y reuoca y buelue el spiritu en su substancia y vigor. Saquese de esto por conclusion, que todos los vinos tintos se deuen huyr, porq̃ son de mal xugo y humor y grueso, y que tarde se distribuyen y tardamente corren, y se detienen, especial si son estreñidos e insuaues, como lo dixo el Galeno en el. 4. de sanitate tuenda, empero que los tintos que fueren suaues, y no estreñidos ni turbios, no se deuen huyr, sino es de los viejos, y de los que tienen poco calor,

Auice. 9. 3. tra. 2. ca. 8.

Gal. 4. de sa. ni. tuen.

lor, y estan aparejados a opilaciones de higado y baço y riñones.

Del uino dulce, agora sea blanco, agora sea tinto.

CAP. X.

EL vino dulce segun que se lee en diuersos auctores, especialmente e nel Galeno. Es dañoso para los que tienen o temẽ opilaciones de higado y baço y riñones, y los que temen piedra de vexiga, especialmẽte es dañoso para opilacion de baço, despues de la del higado, y aunque es verdad, que el vino dulce de suyo por ser dulce, es muy conuenible para la naturaleza humana, y que es atraydo con gran presteza del higado, por causa de su dulçura, como lo dixo Auicena. Empero accidentalmente es muy dañoso por su grosseza y dulçura, por las quales cosas causa, como diximos, opilaciones y atapamientos en los miembros que hemos dicho. Empero dize el mismo Auicena ansi como el vino dulce causa opilaciones en el higado, ansi abre opilaciones en los pulmones, de suerte que es bueno para los

Gal. 2. uict. accu.

Aui. 14. 3. cap. 19.

Auic. de cima. 3. tra. 1. cap. 6.

© Biblioteca Nacional de España

pulmones y para el pecho y toſe, y para el dolor de coſtado en la declinacion, aun que ſe deue de huyr adonde ay fiebre y calentura y ſequia, porque la acreſcienta y deſſeca la humedad de la ſaliua y la engrueſſa y apegaſſe y eſpeſſaſe en la boca y daña los pulmones: y hazeſe colera, como lo dixo Geleno, y en el libro de vinis, dixo, que los vinos dulces no ſon conuenibles para la roxa colera: porque todas las coſas dulces ſon materia de la colera. Empero es conuenible, como diximos para dolencias de pecho y pulmones, y como dize Iſac en ſus particulares, es calien te en ſegundo grado y ſeco en primero con alguna humedad relaxa el vientre, porque en toda coſa dulce ay virtud de relaxar y de hazer calor. Porende ſe deue beuer al principio de la comida, y porende antiguamẽte ſe beuia al principio de la meſa el vino llamado Thereo y ſcibe llite, y dize el Galeno que no ſe halla vino dulce blanco, ni dulce de delgada ſubſtancia empero aunque es verdad lo ſegũdo no es verdad lo primero digo oporque ay vino dulce blanco y grueſſo aunque no de delgada ſubſtancia,

Gal. 3. de uictu. accuto.

Del

© Biblioteca Nacional de España

Del uino ſtiptico ſubtil que dizen agreſtino, y del auſtero y pontico en fin de los uinos eſtreñidos.

CAP. XI.

AY vn genero de vinos de vuas agreſtes o por madurar, que ſe llama agreſtino, acerca de los barbaros, es vn vino blãco ſtiptico y ſubtil: del qual haze Galeno mencion en el de victu accutorum, al qual llamo auſtero medianamente que es el eſtiptico, y eſte no mueue orinas, y conuiene a los corrimientos, y no es caliente como alli lo dize el Galeno, antes conuiene a fiebres ephimeras y a inflammaciones de higado, como lo dize Auicena, conuiene a la ſequia, daſe en lugar de agua, conforta el eſtomago y tripas, no ſufre agua, porque le hara perder ſu virtud. haze diſtribuyr el manjar, es de menos calor de todos los vinos. El vino que ſe dize abſolutamente auſtero, eſte no eſtriñe fuertemente ſino con moderacion: empero mucho mas que el eſtiptico del qual hezi-

Gal. 3. de uictu. acc. cõt. 3. & 4. Auic. 3. 1. do ctri. 2. c. 8.

Tt 5 mos

© Biblioteca Nacional de España

mos agora mencion, como lo dize el Gale
Gal. ibid. & lib. de euch. & cachoch. no. Que no es de tan mal nutrimento, co-
mo el Acerbo o pōtico, del qual haremos
abaxo mencion, porque conforta el eſto-
mago y tripas, y conuiene a los de comple
xion caliente eſpecialmente ſi es blanco:
porque eſte resfria mucho. Empero el
pōtico que ſe dize apar de Galeno, acerbo
Gal. 3. de ui ctu. accut. es muy eſtreñido, es vino muy grueſſo de
Iſac in par. mal mantenimiento, duro de digeſtiō, no
prouoca vrina, eſtriñe y aprieta el viētre,
ſube tarde a la cabeça, empero confortael
eſtomago y celebro, es vtil para los que
beuen malas aguas, las quales por ſu mali
cia deſcoloreā las caras, y para los que be
uen muy frio y de nieue. Finalmēte ningū
genero de eſtos vinos cōuiene por via de
beuida nutrimental ſino por via de reme-
dio medecinal, para confortar los miem-
bros interiores, y para de tener fluxos y
corrimientos.

Del uino aromatico oloroſo, y del uino de mal olor y de ſus daños.

CAP. XII.

Como

Como dize el Galeno de mejor mātenimiēto ſon los vinos aromaticos y oloroſos, ſino que hie-
ren la cabeça. Empero para mouer vrina, ſon mejores los aguſos y ſu-
tiles, yno tocan la cabeça, porende conuie ne huyr en todo caſo de los vinos grueſ-
ſos y ludiondos, eſtreñidos inſuaues al gu ſto, porque eſtos vinos de horrible olor, por ſu peſadumbre y peſsimo olor, dañan al celebro, y agrauan y hieren el ſentido, y offenden mucho las telas de los ſeſos, y engendran vna maligna ſangre, eſpecial, ſi ſon vinos eſtreñidos. Empero el vino o loroſo aromatico, aunque hiere la cabeça con preſteza, alimpia la ſangre de corrup cion, alegra el coraçon, y confortale, en-
gendra buena ſangre, clarificala, corrige la podredumbre, mueue apeptito de co-
mer, es de veloz y preſta penetracion, y mientras mas oloroſo y aromatico y de mejor ſabor, tanto ſera mejor, con tal que la ſuauidad del olor no le venga por parte de ſucra. Conuiene a ſaber, por la vaſija en que eſta, eſpecial, ſi la tal vaſija tiene al miz-

Gale. lib. de bono & malo ſucco.

© Biblioteca Nacional de España
© Biblioteca Nacional de España

mizcle, porque causara mucho dolor de cabeça. Esto se entiende, quando despues del vino ya hecho le aromatizan con cosas olorosas. Otra cosa es quãdo se cuezey cõficiona en vasijas lauadas cõ cosas olorosas. En fin como dize el Auice. Conuiene que el conseruador de la sanidad beua vino de buẽ olor, y quãto el vino fuere de mejor olor y de mejor sabor, sera mejor. Y que en general conuiene para el higado excepto sino fuere demasiadamente calido: y que el vino de olor siempre alegra y echa fuera la tristeza. Empero que el vino sin olor, ni aromaticidad es de ruyn nutrimento, no clarifica la sangre, ni confor ta el coraçõ, ni causa alegria, aumenta los humores gruessos, y los humos, y porende causa tristeza y descontento tarde, causa embriaguez, empero despues de causada condificultad se desata.

Auic. 3. 1. do. 2. ca. 7.

Del uino nueuo y de sus daños y a quienes haze mas daño.

CAP. XIII.

El

EL vino nueuo que ha poco que se saco del lagar y se assento, tray muchos daños y males. Porque como su parte gruessa y terrestre, no aya descendido, ni la parte de ayre subtil y humida no se aya exhalado y subido a su lugar de arriba, esta turbio, y secoso, y gruesso, y tiene poco calor, y mucha humidad, gruessa y viscosa, por lo qual dixo Isac, que el vino nueuo es caliente en primero grado, y poren de declina a frialdad y humedad, por lo qual es mas indigestible y gruesso, y de mas nutrimento que ninguno, engendra y causa muchas ventosidades en el viẽtre y tripas, acarrea sueños horribles, engendra mucha copia de esperma, y porende incita mucho a luxuria. Y por esso dixo Auicena, si ay cosa que tenga propriedad de engendrar esperma es el vino nueuo. Tiene tambien otro daño grande, que causa opilaciones, especialmẽte en los caños de la vrina, y como dixeron Auicena y Galeno. Cõuiene huyr del vino añejo en demasia y del vino nueuo, porque anssi el vno como el otro engẽdra sangre feculẽta turbia gruess-

Isac. di. par.

Auic. 20. 3. trac. 1. c. 37

Gale. lib. de bono & malo succo.

© Biblioteca Nacional de España
© Biblioteca Nacional de España

grueſſa, obſcura y vaporoſa. El muy añejo, calentando demaſiadamente y leuantãdo vapores grueſſos. El nueuo, porq̃ al cõtrario no caliẽta nada. Y porende no ſe haze aſiento ni apartamiẽto de lo grueſſo y turbio, y de lo liquido y delgado. Empero aquel vino ſe dira nueuo, que es rezien aſſentado, y que ha poco que ſe hizo. Por el contrario añexo ſe dira el de ſiete años, y es caliente en tercero grado. El que no es nueuo ni añexo, ſino mediano. El comũ es el que va de dos años para quatro, y eſte es caliente en ſegundo grado. Aunque en eſta tierra el vino de ocho meſes, y de vn año no es nueuo. Y el de año y medio o de dos es añexo. Y aũ mas lo qero reſtriñir q̃ el vino q̃ ya eſta clarificado liqdo y puro y no turbio. Y aſe tiene por vino añexo, a lomenos no por nueuo. Y ay naturalezas de vinos que preſto ſe aclaran, y de que ſon anſi nueuos aclarados y puros y drafanos ſon mejores que de que ſe añexan, como ſon algunos vinos de los montes de Toledo, y del principio de la mancha. Y eſtos ſon los que facilmente ſe azedan, y no los reprobo el Galeno. Finalmente el vino que ya eſta muy bien apurado y muy

Gal. 4. de ſanitat tuend.

muy aclarado, y que ha heruido ſufficientemente, es bueno, El cõtrario que es nueuo es muy malo, y es cauſa de muchos daños, eſpecial ſi con eſto es dulce, es muy dañoſo a perſonas frias y humedas. Y ſea regla general, q̃ quanto el vino fuere mas calido, menos es humedo, y menos tiene de ſuperfluydad, el que fuere menos calido mas ſera humedo y mas terna d̃ ſuperfluydad. Vn prouecho ſolo tiene el vino nueuo que relaxa el vientre y mueue a camara, y ſi deſte prouecho ſe priua tengaſe por vino pernicioſo y mortal. Fuera de eſtos daños, ſuele el vino nueuo, cauſar camaras de ſangre: las quales vienen por debilitacion del higado que ſe dizen en latin. Diſenteria hepatica.

Del uino añejo.

CAP. XIIII.

Nſi como no aprouamos el vino nueuo por bueno, anſi ni al añejo. Digo añejo el q̃ paſſa de quatro o cinco años, que eſte es en eſta tierra muy añejo. Digo eſto,

© Biblioteca Nacional de España
© Biblioteca Nacional de España

esto, porq̃ comunmẽte llamamos vinoañejo al q̃ no es nueuo: porq̃ anſi le llamamos al de ocho meſes, y de vn año, y de año y medio, y de dos años, Y eſtos vinos en realidad de verdad no ſon añejos ſino medios entre los añejos y nueuos. Y de eſtos no tractamos agora, ſino de los que paſſan de quatro años y cinco, y eſte tal vino ſegun dize Auicena. Es como coſa medicinal y de poco nutrimento cauſa los daños miſmos que el vino nueuo, porque haze impedimento en el higado y cauſa diſenteria hepatica, por la inflamacion que haze y beuiendo ſe poco de ello es vtil a las enfermedades de los nieruos. Empero ſi mucho ſe beue es muy dañoſo a los nieruos eſpecial a los que ſon flacos y debiles de nerui os ſubtileza el vapor, y humores grueſſos, calienta y deſeca en grado tercero, hiere el ſentido y celebro, y daña mucho a ſus telillas, ſube ſe preſto a la cabeça y al fin quita el ſueño y mata, como lo tray el Gale. en la hiſtoria del Grammatico. El qual de vna beuida de vino puro añejo quedo perpetuamente ſin ſueño, y al fin murio con fiebre y de ſuario. Empero es bueno tomando ſe en mediana cantidad para

Auic. 3. 1. doct. 2. c. 8.

Gal. 2. de locis affectis.

para los frios y humidos, para los que tienen copia de humores crudos y frios. Como lo dixo Galeno en el libro attributo de vinis, perturba los ſentidos, y haze daño para la luxuria, porque deſeca y reſuelue el humor ſeminal: empero conforta la virtud expulſoria. Concluyeſe de aqui, que el vino bueno es de media edad entre el nueuo y añejo de ſuſtancia diafano trãſparente, claro, blanco, que tire vn poco a roxo, de ſuaue olor al guſto ni agro, ni dulce, ni amargo, ni que reſqueme, ni ſea como agua, ſino de mediana fuerça, ni de ſabor eſtreñido, tal vino ſuele ſer el de vn año o poco mas.

© Biblioteca Nacional de España
© Biblioteca Nacional de España

BIBLIOTECA NACIONAL
1000517890

© Biblioteca Nacional de España
© Biblioteca Nacional de España